目　录

一　唤起你的酣睡

“我的孩子怎样，台维司？”农夫约翰费尔特一面望着正在招待顾客的他的儿子马雪尔一面这样的问。

“是，约翰，你我是老友了。我不愿伤你的心；但是一个率直的人，所以我要告诉你老实话。”台维司回答着说，“马雪尔是一好孩子，不坏，但是即使留在我店中一千年，他也是不会做成一个像样的商人的。他生来不像一个商人的坯子。还是把他领回到你的乡间去，教他学着养牛吧！”

假使马雪尔费尔特真的长留在辟脱斯费尔特地方，台维司的店中当一个伙友，日后是不会做成一个世界闻名的大商人的。但是在他到了支加哥时，看见了在他周围的起初贫苦的孩子，在日后能够出人头地的神奇之榜样，他的志气突然被唤起，他的心中突然燃烧起一个要做成大商人的决心的火焰。“假使别人可以做出这种神奇的事情来，”他自己问，“为什么我不能？”

当然，马雪尔费尔特在最初，就有可以为大商人之资格。但是一个足以唤起志气的环境之大有助于他的潜在性之兴奋，与隐伏力的唤起，也是很明显的。

许多人似乎以为志气这东西是天生的，无所用其人工的改进的。但在实际上，则大多数人的志气，都是被唤而后起，被推而

后醒的隐伏的东西。

志气是一种对外界的刺激感应极锐的东西，而在一经唤起之后，仍是需要不断的注意与教育的，如像音乐与艺术的天禀之需要注意与教育一样，否则她将枯萎以死。

假使我们有志气而不想去实行，则我们的志气将不能保持一种锐利而固定的态度，我们的天禀将变成迟钝而失却能力。

“我所最需要的，”爱马生说，“是一种能够使我尽我所能的人。”尽我所能，那是我的问题；不是尽拿破仑或林肯的所能，是尽我的所能。我之能够在我的生命中贡献出最好的，抑或最坏的，能够利用我的能力至百分之十，百分之十五，百分之二十五，抑或百分之九十，这对于世界、自己，都可以生出来很多的结果来。

我们中间的大多数人具有钜量的潜在隐力，但这种潜能隐力都在酣睡着，只要一把她唤醒，她是会做出神奇的事情来的。

美国西部某城市中，地方法庭中的一位审判官，在他中年的时候，还只是一个鲁蠢无文的铁匠。现在他六十岁，他是城中的一个最大的图书馆的主人，他被举为城中第一个博览典籍，与为民众谋幸福的人。

促成这个人的生活革命的是什么？不过是偶然听到了一次关于教育的价值的演讲！这个演讲，把他的潜隐能力唤起。把他之志气推醒，使他走上自我发达之路。

我个人就认识几个人，他们直至生命的下半截，才能发挥他们的才能。那时，或者因为读了一本激励的书，或者因为听了一席兴奋的演讲，或者因为遇见了一个能够了解他、信任他、鼓励他的朋友，于是志气突然被唤起了。

你能与信任你、鼓励你、赞许你的人住在一起，抑或与那些永远嘲笑你的希望，揶揄你的理想，时时向你热心上浇冷水的人住在一起，这对于你的生命，真有极大的差异啊！

印第安土人学校中，有时候印出些印第安少年学生的毕业时的照相，——个个衣服整洁容貌秀丽，个个眼睛里，闪着志气之火焰。我们看见了，总预期着他们能做出大事业来，但是大部分的学生，回到他们的本族以后，奋斗不多时，就不能保持他们新的标准，而坠入苟安的老式生活中了。可敬的例外自然是有的，那便是品格坚强，能够抵得住周围的环境的拖陷力的少数人。

试着走入败者的队伍中去，而加以讯问，你将发现大部分人之所以失败，都是因为从来不曾走进过足以兴奋鼓励人的环境中，因为他们的志气从来不曾被唤醒的缘故，因为他们没有力量从不良的环境中振拔出来的缘故。

在任何情形之下，你当不惜一切牺牲，走入一种可以唤起志气的空气中，可以刺激起你走上自我发达之路的环境里。努力接近着那些能了解你，信任你，能扶助你去发现自已，能鼓励你尽你的至善的努力的人！你的生命是一个宏伟的胜利，抑或是一个微不足道的生存，就在这点上决定。

亲近那些想要努力在世界上有所表现的人——有高尚的目标，高超的志气的人，亲近那些精诚恳挚的人！志气这东西是能传染的。你能感染着笼罩在你的环境中的精神，那些在你周围的向上爬的人的胜利，会刺激你作更艰苦的奋斗，以求达到像他们的水准！

二 梦 想 者

你是一个梦想者吗？

凡是一切世界上使人生有价值，把人类从卑贱中释放出来，把人类从凡庸丑恶中举拔出来的东西，首推梦想。——我们都得感谢我们的梦想者！

从世界史中摘去了那些梦想者，还有谁愿意去读这世界史呢？我们的梦想者！他们是人类的先锋，他们是弯着腰背，流着额汗，铲平道路，以使今代的人类平安前进的劳动者。

现在的一切，不过是过去各时代的梦想的总和，——过去各时代的梦想的实现的结果。

没有梦想者，美国的人民，到现在还怕局促在大西洋海岸的一角吧！

世界上最有价值，最有用处的人，就是些那能够远望见世界文化的将来；预瞻到未来的人类之必从今日所有的种种窄狭束缚的桎梏，迷信中释放出来；能够预见到事情之必然，同时也有能力去实现的人。梦想者永远是那些能够成就似乎绝对不能成就的事业的人了。

有人说，想象力这件东西，对于艺术家、音乐家、诗人有大用

处，但在实际世界中，它没有位置。其实，他们应该知道凡是各世界的领袖，总是那些梦想者。如工业钜子，商界巨擘，大都是想象力很丰富的人；他们对工业上的可能性，简直有先见之明。

无数无数个实力性的人，没有想象力的人以实际的眼光占定一切的人在文化史上的地位，能够抵得上一个爱迪生，一个贝尔，一个马可尼(Morconi)么？

无线电报的成功，是马可尼的梦想的结果。

给我们以使用电报的便利的，岂不是摩士(Morse)的梦想之功吗？

斯蒂芬在做一个贫苦的矿工时，就梦想着要发明机动车；而他到底革了世界交通方法的命。

仅仅数月以前，大无畏的罗格斯(Rogers)实现了他的坐着飞机，飞渡天空的梦想。

大西洋的海底电讯，是飞尔特(Field)的梦想之实现，他的梦想，竟把两大洲联系在一起了！

对于那些梦想者的诗人，我们也应致我们的感谢之意。如像莎士比亚，他不是教我们去从凡庸中看出神奇，平常中发现非常吗？

人类最神圣的遗传，就是那善于梦想的力量。只要你相信一个较好的明天会到来，则今天的痛苦对你不算什么。对于那些真善于梦想的人，甚至“铁窗石壁也不是牢狱”。

当常将自己从一切烦恼痛苦的环境中举拔出来，而浸入于和谐、美的、真的空气中，这种能力，真是无价之宝。假使从我们的生命中去了梦想的能力，我们中间还有谁个肯有勇气，有耐心，热诚地继续着生命之战斗？

美国的人民尤其善于梦想。无论怎样的贫苦,怎样的不幸,他总有自信,甚至自负。他藐视命运,他相信较好的日子终会到来。一个伙友,会梦想到住在他自己设立的店铺中。一个贫苦的女工友,想着购置一所美丽的住宅。可惊叹的梦想力!

正是这种梦想,这种希望,这种永远的期待着较良好的日子到临,使我们可以维持勇气,可以减轻负担,可以扫清我们的道路。

有应注意的一点:有了梦想,同时还须有实现梦想的坚毅的意志与决心。徒有梦想而没有努力,徒有愿望而不能拿出力量来实现愿望,这是足以败事的。只有那实际的梦想,——梦想而附以艰苦的劳作,不断的努力,才有用处。

像其他能力一样,梦想的能力是可以被滥用或误用的。有许多人整天除做梦以外不做别的事,他们把全部的生命力,花费在建造他们不想实现的空中楼阁上。他们居住在一个不自然而虚幻的世界中,直至其他各种能力,因不活动而瘫痪为止。

我们愈能实现我们的梦想,则我们的能力,也愈会坚强,愈会有效能。一个旧的梦想的实现,往往可以感应起一个新的梦想的努力。就在人类的化梦想为事实的能力中,我们发见了世界的种种希望。

哈佛约翰以数百元钱创立了哈佛大学。耶鲁小学在初设时,只有少数几本的书籍。这是能化梦想为事实的好例子。

不要阻止你的梦想!信仰并且鼓励你的憧憬!发扬你的梦想,同时努力使之实现!这种使我们向上面,高处跑的能力,是天授的。它是指示我们走上至善之路的指南针。你的生命的内容,将全依你的憧憬决定。你的梦想,就是你的生命历程的预言。

凡铸造我们的生命于我们最高的，感应的一瞬间所显示给我们的模型中，使这最高的一瞬，永久地留在我们的生命中。——这是最伟大的一件事情了！

三　断绝你的后路

当该撒领了他的军队在英国登岸时，他决意不留给自己的军队以退却之路。他要他的军士知道，这次侵犯英国的意义，不是战胜，就是战死，所以就在军士的面前，把一切的船只都烧毁了。像拿破仑一样，他有撇去一切冲突的顾虑，而下一最后的决定于一瞬之间的能力。

青年人往往有这种错误：在进行着一件重要的事业时，往往预备好一条退却之路，在事情不顺利的时候。但是在一个人知道，假使战争太热烈，还有一线退却之门为他而开时，他大致是不会唤出他全部的潜力，不会做出最伟大的事业。只有在一切的后退的希望都没有的时候，一支军队才肯用一种决死的精神奋战。

断绝你一切的后路，贯注你全部的事业中，而抱着任何阻碍都不能使你向后转的决心；这样的精神，是最可宝贵的。在遇到阻碍打击时，因为缺乏坚忍力而向后转，造成了千万个放弃战斗的人的墓碑。

有一种青年在出发工作时，抱着必须获得成功的自信，抱着战胜一切危险的决心；更有一种青年在出发时，没有怀着特殊的目标与志愿，也没有无论如何终须致胜而后已的坚强的决心为

之后盾；在这两种人中间，有一个很大的差异。

最可怜可叹的是那些浮游徘徊的青年人，他们也很想上进，但他们不能把自己像火石一般的无曲折地直飞向目标，他们不抱着无返顾的气概。

一个人在贯注他全部的自己于一个生命的大目标中时，把他生命的火石无返顾地直飞向他的事业，他就能生出一种大的力量来，这种力量简直是沛然莫能御的。

假使你能贯注你自己于你的目标至没有东西可以使你消极时，你会看不见遇不到许多一般抱着疏松的目标，不彻底的意志的人所看见，遇到的困难、阻碍。你的强毅的决心会吓退许多可以迷住阻止心灵柔弱的人的魔鬼，会消灭许多的困难与阻碍。怀疑、恐惧，在这样坚决的灵魂前，是早逃走了。

一切仇敌，是怎样容易地被你扫卷而去啊！

据说格兰德将军的决定竟像注定的命运，不能出尔反尔，不能重行考虑。

凡是怀着战胜一切危险之决心，抱着一往无前的气概的人，不但能引起别人的敬佩，并且能获得别人的信仰。因为人们知道，凡是有这种态度的人大致是一个胜利者。他那样的自信自负是有理由的，他一定意识到他有能力完成的事业。

断绝的毛病在许多人的血液中循行。他从来不能断绝他们的后路，他们自己常想为自己留一条退却之路，他们不明白把全部的自己贯注于目标是可以生出一种坚强的自信，而能治愈寡断的习惯。

自来世界上最大的窃贼是犹豫，直到现在仍然是它。

有人喜欢把重要问题搁在旁边，留待以后解决，这真是十分

坏的习惯。假使你有这种倾向，你当赶快努力去练习敏捷肯定的决断，无论当前的问题是怎样的严重，你固然应该把这问题的各方面都顾到把它慎重的权衡考虑，但你总不要流入于寡断。你假使存着慢慢考虑或重行考虑的念头，你是准会失败的。宁可使你的决断有一千次的错误，总不要养成寡断的习惯！

人人知道，一个有决断的人起先虽则不免要有错误，但以后他是不会常常重演那错误的。只有那些没有决断的人，在解决着每个问题时都要留出重行考虑的余地的人，才是一事无成的人！

假使你能养成最后决定的习惯，你在决断时一定能运用最聪明的评判力；因为若是你以为决定是可以伸缩的，不是最后，可以重行考虑的，则你将永远不能养成可靠而正确的评判力。

但是在你所下的决定是绝对的时，在你断绝了你的一切的后路时，在你这一个不健全不成熟的判断会立刻使你受到相当的痛苦时，你对于判断，一定会十分小心，而你的判断力也自然会随之而日渐进步了。

四　没有机会

凡是在世界上做出大事业的人，往往不是那些幸运之神的宠儿，倒反而是那些"没有机会"的苦孩子。

那是一个只有着划水轮的福尔登，一个只有着陈旧的药水瓶与锡锅子的蜜其尔发莱台(M·Faraday)；一个只有着极少的工具的豁脱耐(Whitncy)；一个用了缝针机梭以发明缝纫机的霍乌(Howc)；一个用了最简陋的机器，以从事壮举的贝尔：是他们与世界文明以一种促进。

在美国历史中，再没另一件事是比那人们从困苦中达到成功的故事更为神奇了，——那男男女女怎样从黑暗的开始，达到光明的境地；怎样久困于痛苦贫困之中；怎样奋斗；怎样克服艰难；怎样得到最后胜利的故事；那男男女女抓着了平凡，而把它化成伟大，只具有中人之资，但由于坚强的意志，不断的努力而终于达到成功的故事。

"没有机会"永远是那些失败了的人的推托之词。试着走入失败的队伍，而加以查询。他们的大多数人将告诉你，他们之所以失败，是因为不能得到如像别人所有的机会，因为没有人帮助他们，没有人提拔他们。他们将对你说，好的地位已经人满了，高等的职位已被抢光了。一切好的机会都已被他人捷足先登，所以

他们是机会毫无了。

但有骨气的人却不会推托他们的工作。他们不哀鸣怨尤。他们尽迈步向前。他们不等待别人的援助；他们自助。他们不等待机会；自己制造机会。

亚历山大在打了一次胜仗之后，有人问他，假使有机会，他想不想把第二个城邑攻下。"什么？"他怒吼出来，"机会！我制造机会！"世界上到处需要缺少的，正是那些能够制造机会的人！

等待机会而至成一种习惯，这真是一件危险的事。工作的热心与精力，将就在这种等待中消失。对于那些不肯工作而只会胡思乱想的人，机会是不可望，不可及的。只有那些勤恳工作的人，不肯轻易放过机会的人，才能看得见机会。

你或者要想，机会之来一定是非同小可的，实际上，达到你高处的阶石(机会)，就在你的日常行事之间；不管所行的是哪一类事。

在你现在所处的地位中，或者已经是人满了吧，但在较高的地位上，却总是有着空隙，百万个男男女女闹着失业；但在每个高等职业所在地的门口，却总挂上"招请人"的广告。世界上到处都在寻找有较好的训练的男女，好的管理者与领袖，本领高强的男女。大的薪水，优的待遇，是在守候着未来的有能力而能够胜利的青年男女之取得。

我们的坏处就在对于机会一事，眼界太高，欲望太奢。我们往往为着一心要摘取远处的玫瑰，反而将近在脚下的菊花踏坏了。我们忘却了大事业要从小处着手。

有许多人已经触着了很好很大的机会，而他们却还在梦想着发财与高升的更大更好的渺茫机会。当前的机会他们不认识，

因为他们的心目另有所属。

使现在的怨天尤人的青年，而与那生长在边陲丛林中林肯易地相处，则他们对于所谓“生命之机会”究将作何感想?使他们住在一所矿野中简陋的木棚房子中，无窗无户，远离学校、教堂、铁路；没有报纸、书籍、金钱，没有寻常生活的享受，甚至没有寻常生活上的必需品，他们将作何感想？使他们而必须日行九里，才能进一个设在邻近的个别木棚房子中的简陋的学校中去读书，他们将作何感想？使他们而必须在荒野中跋涉五十里，才能借到几本书籍，然后在白天辛勤工作方完的晚上，借着木柴的火焰之光而阅读，他们将作何感想？使他们像林肯一样，受学校教育不满一年，即不得不投身工作，他们将作何感想？然而在这种冷酷的情形下，生出了美国的一个最伟大的总统。在这种不顺利环境中，铸就了世界上空前的一个伟大的人格！

在美国国旗之下之每个人，只要有抓得住当前的机会的毅力，与能为目标而奋斗的精神，都有获得宏大的成功的可能。但你该牢记，你的出路就在自己身上。在你以为出路是在别处地方或别人身上时，你是要失败的，你的机会就包裹在你的人格中。你的成功可能性，就在你自己的生命中。正像未来的棕树隐伏在核子中一样。你的成功就是你自己之演进、开展与表现。

没有机会?

在一个木棚房子与茅庐草舍中的孩子，可以于日后住进白宫的国家，这话成立吗?

在一个到处有着图书馆，有着免费的日夜校，到处有着公开的教育演讲的国家，这话成立吗?

在一个陋巷中出身的孩子，可以做成立法者；最贫苦的孩

子,可以变成商界钜子,变成大银行家大财阀的国家,这话成立吗?

在一个无数无数的商店与机关,都是为那些除自己的能力与德性以外便别无他种机会的孩子所创立的国家;在铁路上的员役可以于日后成铁路总理的国家,这话成立吗?

在一个有作为,有志气孩子,一经认定目标向前走去,便没有任何东西可以阻止他的去路的例子,多得不计其数的国家,这话成立吗?

没有机会?历史不是已经千万遍的证明给我们看:过多的机会倒反而是一种害处吗。

没有机会? 这永远是弱者的推托之词。

五　开辟新土地

当窦邦脱(Dupont)在向着发拉格脱(Farragut)海军少将说出他不曾将查理士登城攻下的种种托词时，严肃的少将说："还有一个理由为你所不曾提及，那就是，你不信任你自己可以把它攻下！"

凡是一个人不相信他自己能够做成一件从未为他人所做过的事的，他永远不会做成它。你能觉悟到外力之不足恃，而把一切都依赖于你自己内在的能力时，那真是愈早愈好，不要怀疑你自己的见解，信任你自己，表现你的个性。

"勇于向前"是罗士却利特(Rothschid)的终身格言；而其实也可以说是在世界历史上遗留些痕迹的一切的人的格言。

司蒂芬孙、福尔敦、飞尔特、贝尔、摩士、爱迪生、马可尼，这些都是各时代各地方的先例的破坏者。这些人，开辟了新土地，推挽着人类文明向前向上。

无畏的气概，创造的精神，是一切伟大的人的特征。古旧的一切，他们是不放在眼里的。

能够成就大事业的，永远是那些信任自己的见解的人，敢于想人所不敢想，为所不敢为的人，不怕孤立的人。勇敢而有创造力的，往前人所未曾往的人。

伟大的人物，从来不互相抄袭。能为世界文明开辟新途径的人，总是先例之破坏者。习故蹈常，在伟大的人们是不干的。

格兰德将军在作战时，不按照军事学书本上的战争先例，而致为侪辈将士所诟病，然而结束美国南北战争的到底是他。拿破仑在疾扫全欧时，忽视一切先前的战法，破坏一切战事的先例。有毅力、有创造精神的人，总是先例之破坏者；只有懦弱、胆小、无用的人，才不能破坏什么。对于卢斯福总统，白宫的先例，政治的习惯，全都失其效力。在无论什么位置上，警监、省长、副总统、大总统，他总坚持着“做他自己的人”，坚持着行其所是。他的可惊的力量大半从这点上得来。

世界上没有一个因模仿他人而成功的人，无论被模仿的人怎样成功，怎样伟大。抄袭成功是反而不会成功的。成功是创造的，是自我的表现。一个人在离开他“自己”时，他就失败了。

皮耶、勃陆克，在大名鼎盛时，数百年的年轻牧师都竞学着他们的风调、姿态、语气。但在这些模仿者的中间，在他们停止他们抄袭模仿，在他们反求诸己以前，没有人曾经成就过什么来。

世界上有固定的见解的人，到处有出路，到处都需要他。但是模仿者，尾随人后者，循行旧轨者，却不受人欢迎。世界上是需要一种有创造能力的人，能够脱离旧轨道，闯入新田地的人。

能够带着你趋向你的目标的力量，就蕴蓄在你的自身中；蕴蓄在你的才能、你的胆量、你的坚忍力、你的决心、你的创造的精神、你的品性中！

成功，前进的人，总是朝向着光明而前进。他的心胸是开放的。对于一件事，他不管以前曾否有人做过，与别人怎样做法，他只是做着他的事。现代的进步，就是从古到今的不断的摧毁淘汰

不适用的机器，陈腐的思想，愚笨的偏见，与不适用的制度和方法的结果。

不久以前，英国政府出售三十一艘近代的战舰，售价共一千五百万元，还抵不上造价的百分之五。这些战舰，年代还不算长久，但造船业的进步，使它们相形之下，已成落伍了。

今日算作最新的机器，在五年之内，怕要被前进的厂主交进废铁店中去吧！

先例的奴隶，是那些把困难的事，就当作不可能的人。"这不会做，这不可能。"永远是先例的崇拜者的呼号。

世界上的一切，有哪一件新事物的产生不当归功古往今来的先例的破坏呢？从世界历史中摘去了他们，还有谁愿意去读这历史呢？

现代人生的种种安舒、便利、奢华、幸福，无一不是这些先例的破坏者的脑海中的产物。虽则在困难、反对、笑骂的丛中，他们还是要破坏先例与习惯，创立一些更好的事物，以推动世界永无止境的前进！

六　自信的异迹

据说拿破仑一上战场，军士的力量可以增加一倍。军队的战斗力，原来大半寓于军士对于其将帅的信仰中。将帅显露出疑惧张徨，则全军必陷入于混乱，动摇；将帅的自信，却可以加强他部下健儿的勇气。

人的各部分的精神能力，像军士一样，也应该信赖其主帅……那不可阻遏的"意志"。

对于本人，有坚强的自信，这往往可以使得平庸的男女，能够成就神奇的事业，成就那些虽则天分高，能力强，但是多疑虑与胆小的人所不敢染指尝试的事业。

你的成就之大小，永远不会超出于你的自信心的大小。拿破仑的军队决不会爬过阿尔卑斯山，假使拿氏自己，以为此事太难。同样，你在一生中，决不能成就重大的事业。假使你对于自己的能力，存在着重大的怀疑，不信任。

不热烈、坚强地希求成功，期待成功，而能取得成功的，天下决无是理。成功的先决条件，就是自信。

支流是不会高出于其源头的。人生事业之成功，亦必有其大源头。而这个大源头，就是自期与自信。不管你的天才怎样高，能力怎样大，教育程度怎样湛深，你的事业上的成就，总不会高

过于你的自信。“他能够，假使他想他能够；他不能够，假使他想他不能够。”

有一次，一个兵士，从前线驰归，将战讯递呈给拿破仑，因为路程太急促，所以他的坐骑，在还没有达到拿破仑的地方，就倒地气绝了。拿破仑立刻下一手令，交给这兵士，叫他骑了他自御的坐骑火速驰回前线。

这兵士看看那匹魁伟的坐骑，同他的宏丽的马鞍，不觉脱口说：“不，将军，对于我一个平常的士兵，这坐骑是太宏大，太好了。”

拿破仑回答说，“对于一个法国的兵士，没有一件东西可以称为太宏大，太好。”

在这世界上，有许多人，他们以为别人所有的种种幸福，是不属于他们的；以为他们是不配有的；以为他们是不能与那些命运特佳的人相提并论的。然而他们不明白，这样的自卑自抑，自己抹杀，是可以大大的弱灭自己的生命的。

有许多人往往想，世界种种最好的东西，与自己是没有关系的；人生中种种善的、美的东西，只是那些幸运之宠儿所独享的，对于自己是一种禁果。他们沉迷自己为卑微的信念中。则他们的一生，自然要卑微以殁世。除非他们一朝醒悟，敢抬头要求“优越”。世界有不少人可以成大事，而卒老死牖下。度其渺小的一生的男女，就因为他们对于自己的期待，要求太小的缘故。

自信心是比金钱、势力、家世、亲友，更有助的东西。它是人生的最可靠的资本。它使人克胜困难，排除障碍，使人的冒险，事业成功，比什么东西都更有效。

一个人能够对于自己下很高的估价，而自信处处能胜利，则

他在进行事业时,“气”之所被,即使方在开始,已可得一半的胜利,操一半的胜券了,一切足以阻止自卑自抑的人障碍,在这种自信坚强的人的前面,是全都没有了。

假使我们去研究,分析一般“自造机会”的人们的伟大的成就,我们一定可以看出:他们在出发奋斗时,一定是先有着一个充分信任自己的能力坚强的自信心理。他们的心情、志趣,坚定到可以踢开一切足以阻挠、吓倒,那些对于自己下很低的估价,对于自己有很小的要求与期待人们的怀疑、恐惧这类念头,而使得他们所向无前了。

“假使我们自拟为泥块,”科里列(M. Corelli)说,“则我们将真的成为被人践踏的泥块。”

假使你在容貌行止之间,都在自认着自己的卑微渺小,而处处表明你不信任自己,不尊重自己,你自然不能怪怨别人,也来不信任你,不尊重你;也来低视,小觑你。

假使我们能觉悟到“天生我材必有用”,觉悟到造物生我,必有一大目的,大意志,寄放在我的生命中,而万一我竟不能充分表现我的生命于至善之境地,至高之程度,对于世界,将会是一个损失。这种意识,一定可以使我们生出大力量,大勇气来!

七 体力与事业

很少人能够彻底明白体力与事业的关系是怎样的重要，怎样的密切。人们的每一种能力，每一种精神机能的充分发挥，与人们的整个生活效率之增加，都是有赖于体力之强旺的。

体力之强旺与否，可以决定一个人勇气与自信心的有无。而勇气与自信，是成就小事业的必需的条件。体力衰弱的人，总是胆小寡断，无勇气的。

要想在人生之战斗中，得到胜利，第一条件，就是每天都能以一副体力强健的状态，饱贮精力的身体，去对付一切。然而有些人却以一个有气无力，半死半活之躯，从事于事业，其不能得到胜利，又待何言。

对于那整个的生命成功所系的大事业，你必须出你的全力，才能成就。只发挥出你的一小部分的能力，以从事工作，工作一定是干不好的。你应该以一个精强、康健、完全的“人”，去从事工作。庶几工作对于你，是趣味而非痛苦，你对于工作，是主动而非被动。假使你因生活不知谨慎珍摄之故，而致以一个精疲力竭之身，去从事工作，你的工作效率自然要减损。在这种情形之下，你所做的一切，将都要带着“弱”的记号；而在弱的中间，成功是不能得到的。

许多人们，就失败在这点上。——从事工作，进行事业时，不能发挥出其全部的力量，——一个活力低微，精神衰弱，心理动摇，步骤不定的人，自然永远不能成就出什么了不起的事业来。

聪明的将军，不肯在军士疲乏，士气不振时，统率自己的军队去应付大敌。他一定要秣马厉兵，充足给养，然后才肯去参加大战。

在人生战斗中，能否得到胜利，全视你能否保重身体，能否保持你的身体于“精强”的状态中以为断。一匹有“千里之能”的骏马，假使食不饱，力不足，在竞赛时，恐怕反要败于“常马”。一个具有一分本领的体力精壮的人，可以胜过一个因生活不知谨慎，而致体力衰弱的具有十分本领的人。假使在你的血液中，毫没有火焰的燃烧，在你的身体中，毫没有精力的存储，则你在人生战斗中，一经打击，一度接触，就会失败的。

一个人有着大志，有着彻底的自信，而同时又具有足以应付任何境遇，抵挡任何事变强旺的体力，则他一定能够从那些足以阻碍体弱者之努力的烦闷、忧虑、疑惧等种种精神束缚中解脱出来。

强旺的体力，可以增强人们各部分机能的力量，而使其效率，使其成就，较之在体力衰弱的时候，大大的增加。实在的、强旺的体力，可以使人在事业上，处处得到便宜，得到帮助。

凡是有志成功，有志上进的人，都应该爱惜着，保护着体力与精神，而不使有些微之浪费于不必要的地方；因为体力精力的浪费，是足以减少我们的成功可能性的。

世间有不少有志成大事，因没有强旺的体力为之后盾，而至

壮志未酬身先死遗憾终世的人;然而世间又另有大批的人,有着强旺的体力,但不知珍重,任意浪费之于不必要、无意义、无益处的地方,以自耗其珍贵的"成功之资本。"

假使美国的卢斯福总统,当初对于身体,不增加注意与补救,他日后能成就些什么来?他的一生,恐怕是要成为一个可怜的失败者吧!他曾自己说:"我是一个软弱多病的孩子。但我后来要决意恢复我的康健,我立志要变为强健,无病;并竭我全力以做到这点。"

康健的维持,有赖于身体中各部分的均衡发达;而"成功"的取得,又有赖于身体与精神两方面的均衡发展。所以我们必须尽一切的努力,以求得到身体上的平衡;身体上的平衡得到以后,则精神上的平衡,也就容易得到了。人们疾病之部分的原因,是由于身体中各部分的发达不均衡。例如,对于某一部分的细胞与过度的刺激与活动;而有些部分细胞,则嫌刺激活动太少,过犹不及。均衡的发达,才是正道。

身心的不断的活动,是却病的最好验方。要维持康健,活动一事,是绝对必需的。

人体中的各部分机能,苟非常常活动,决不能保持康健。所以"工作"之为物,是"人身机器"上的调节机制。"空闲"最足误事。人们的犯罪作恶行为,大都是在空闲时才发生的。一个在正当的事务上忙着的人,他是安全的。他能避免去许多在空闲的时候足以伤害他的种种不良引诱与试探。

有一位著名的英国医师曾说,人要得享长寿,必须除了睡眠时间以外,使脑部不断的活动;他同时着重,每人必须于职业、工

作之外，得找一种正当嗜好。职业给他以生活之资，嗜好则给他以兴趣，而可以使他于愉快，高兴的心情下，活动其精神机能。“动作”的意义等于“生命”，“静止”等于“死亡”！

八　尽善尽美

有千万个人因为自小养成了轻视与忽略工作的习惯，及对于工作，抱“马马虎虎”敷衍苟且的态度，遂至终身伏处下层，不能抬头向上。

最近我在某大机关中，看见悬示格言，很生感触。那格言是：“我此地，一切都求尽善尽美。”“尽善尽美”这真值得做我们每人的终生格言！假使每人都能采用这格言，实行这格言，而决意不论做什么事，都要尽至善之努力，以求得至美的结果，人类幸福，正不知要增进多少啊！

人类的历史，就充满了为那些工作不可靠，不忠实的人们的苟且，与不小心而所造成的种种惨剧。不久以前，潘尼薛维亚州的奥斯丁地方，有一个镇完全淹没，损失了许多的生命。就因为堤岸的工程建筑得苟且而不忠实，不能履行原订的计划的缘故。

工作不谨慎，不认真，处处可以造成悲惨的结局。无数手足残废的人，都在告诉我们，那是人们工作不认真与不小心的结果。

假使人们工作时都能尽心尽力，求其彻底，则不但人们的枉死的数目可以大大的减少，而且我们的品格，也会因此而提高。

做事苟且贪懒，这种习惯一朝养成，可以使那人的品格大受

影响。他将在一切事上，要不忠实起来。凡是轻视自己的工作的人，即是轻视自己品格的人。苟且而不可靠的工作，代表着，构成的，苟且不可靠的人格。在你的手中，每做出一件苟且而劣等的工作，都足以损害你的效率，你的办事能力，你的人格。苟且而劣等的工作，对于你的自尊心与最高理想，是一种污辱。它是足以拖陷着你不得向上的仇敌。

事无大小，每做一事，总要竭尽心力，求其完美，这是成功的人的一种标记。凡是出人头地青年，都是那些事不肯自安于“尚可”，或“近似”，而必求尽善尽美的青年。为世界人类创立新标准，新理想，而撑着进步之旗帜的，也就是这一类人！在他们的天性中，有着尽善尽美的要求的人！

有人说：“无知与轻忽，所造成的祸害，不相上下”。有许多青年人的失败，就在这“轻忽”的一点上。他们所做的工作，从来不会是绝对可靠，绝对正确，他们的工作，总需要他人的审查、校正。这样的人，永远不会升到优异的位置上。

在日常职务上，对于那些寻常的，微小的工作，忠实地执行，这就是使我们渐渐的走上高等地位的阶石。我们日常所做的事务，可以导我们入于“上升”之门。然而多数的青年都见不及此。

青年人往往念念不忘的要想找得高的位置，大的机会，以使自己有“用武”的机会。他们会对自己这样的说：“我现在的枯燥，机械的职务，平凡，渺小的工作，有什么道理呢？那真是不足为奇呀！”但是出人头地的青年，却能在简单的职务中，看出与造成大机会来；在寻常的情景下，卑微的位置上，看出与造成不寻常的机遇来。在做事时，只要你能常比一般普通人做得更为良好，更为敏捷，更为精确，更为可靠，更为整齐些，更能花样翻新，随机

应变些，你自然能引起在上者的注意，而使你步步上升了。不管你的薪资是怎样的菲薄，但你不能为了那个缘故，对于工作，稍存一丝苟且或不尽力的念头。你在每做完一件工作时，应该有勇气对自己这样说："对于这件工作，我可以问心无愧。我不但是做到'还好'，而是在我能力范围以内的'最好'！对于这件工作，我能够经得起任何人的评判。"

"彻底"的精神，是一切成功的人特征。伟大，成功的人们之所以成功，所以伟大，就在他们做事时不殚精详，秋毫必察的精神。许多青年人的毛病，就在"不彻底"。他们对工作、事业，不想求其尽善尽美，却要想到最良好的结果，那自然是不可能的。

迭更司非至预备充分时，不肯在公众前读他的作品。在未曾当众宣读以前，他要每天把那篇选定的文字，诵习一遍，这样的，要经过六个月之久。

法国的大小说家巴尔札克(Balzac)有时费一星期的工夫，而只写成一页的稿纸。然而他的声誉，远非近代的一般时髦作家所能企及。

许多人对于职务、工作的苟且、潦草，都藉口于时间的不够。但这是不对的。在我们的日常生活中，时间尽够我们好好的做事。假使我们做事，都能求尽善尽美的习惯，则我们的生命，一定能变为更完满快乐，更快；而天下过度美满生活的人，将大大的超过过度残缺的生活的人了。

达到最高处！攀登最高峰！从事任何事业，做任何工作，我们都应抱这样的态度。

九 争取自由

千千万万的人们，都生活在一种束缚，阻碍的，不良好的环境中，生活在一种足以挫减人热诚，败坠人志气，分散人精力，虚费人时间的空气中。他们没有勇气去斩除束缚他们的锁链，也没有毅力去抛弃一切的凭据，而依赖着自己，以走入一种可以独往独来，自由自在的环境中。终于，他们的志向，会因没有动作及失望之故而归于死灭。

假使你要想成就生命之伟大，要想求得自我之充分发展，你必须先不惜任何代价，以取得自由。

窒碍着你生命中的最高，最好的东西，使不得发挥，这种损失，有什么东西可以补偿？你当不惜任何牺牲，将它发挥出来！当然，要将你生命中最高，最好的东西发挥出来，你是要经历大量的痛苦，大量的折磨，要向阻碍、困苦作大量之奋斗。要没有石子的挫削磨琢，钻石内蕴的光芒华美，决不能显现。磨琢就是钻石从黑暗中解放出来的代价。

许多人都为"愚昧"所幽囚。他们永远不能得到教育所能给予人们的自由。他们的精神力量永远是封锁着不得开放。他们没有勇气，去为求从愚昧中释放出来而奋斗，没有毅力，去补救自己早年的失学。他们以为迄今，年龄已经太大了；换一句话，他

们以为，在这时候，要去求得知识上的自由，其代价是太高了；于是原来可以达到优越的地位上的他们，只能终身屈处下层了，更有许多人为偏见与迷信的桎梏束缚，于是他们的生命，成为狭隘小人。这一类人最可怜。他们盲目至不自知其不自由，而反要硬说前人才不自由呢。

胆怯也足以阻碍人的自由。许多青年男女，都有志于向前，有志于表现他们自己。然每为过度的胆怯与缺乏自信二事所困缚，所阻挡，他们自己觉得内在的力量跃跃欲试，但总害怕着失败，而不敢动作。

恐被他人认为自负，夸大，这种恐惧心理，可以封他们的口使不说话，瘫他们的手使不做事，而终至困不动作之故，驱他们的志愿归于死灭。他们不敢冒险，他们不敢前冲，他们要等待又等待，希望有一种神秘的力量。可以释放他们，并给予他们以信心与希望。

铲除一切足以阻碍，束缚我们的东西，走进一个自由和谐的环境中，这是要求事业成功的第一个准备。在我们的天性中，往往有些部分，受着束缚，以致不能得到自由去做成原来可以做成的大事。我们为人一世，只能做些卑微渺小的事。但假使我们能够铲除一切阻碍束缚我们的东西，则成就伟大。宏丽的事，也未始是不可能的。

我们大部分人的毛病，就在虽则心中有志于成功，然而却不肯努力的去求得成功。我们太信任“幸运”了。

试着去问问那些曾在世界上，成就于大事业的男女，他们伟大的力量，广阔的心胸，丰富的经验，究竟是从哪里得来的。他们会告诉你，那是奋斗的结果。他们并告诉你，他们就在挣脱不自

由，不良的环境，斩除束缚他们的桎梏，求得教育，脱离贫困，执行计划，实现理想的这种种努力中，获得了他们最良好的纪律训练，最严格的品格操练。

有愿望而不满足，有志愿而被窒息，这足以使人丧气。这可以摧残人之能力，消灭人的希望，打破人的理想。这可以使人们的生命，成为一种空壳，一种不兑现的支票。

在人没有将他生命中的最高，最好的东西发挥出来，没有将他的天赋天禀，充分发展以前，我不相信他的生命是可以称为幸福、快乐的，不管他处境怎样。

一个有自由的平常的人，可以胜过一个处处受束缚的天才者多多。

在今日有许多本来足以役人的人，现在被役于人，就因为他们为债务、不良的交游，及种种不良的习惯所紧紧束缚，以致不能得到机会表现他的能力。

不管待遇怎样丰，报酬怎样厚，地位怎样高，你千万不可从事于一种不容许你自由，光明地做事的事业，你不当让任何顾虑，酣制住你的舌头，购买去你的意见！你当将自由、自立，作为你的神圣不可侵犯的权利，而任何顾虑，都不能使你放弃之。

一个有作为的青年，而丧失了他的行动，言语，信仰之自由，这个损失，有什么东西可以补偿？一个本来可以独往独来，昂然地过生活的青年，而至屈志降心，仰人鼻息，匐伏钻营，胁肩谄笑，以度过一生这种损失，金钱能够补偿吗？

十 贫困的祝福

一个著名的艺术家，在有人问他从他习画的一个青年将来会不会做成一个大画家时，回答说："不，永远不！他每年有六千磅的进款。"这位艺术家知道，人的本领是从艰难奋斗中锻炼出来。而在财富的阳光下，这种精神很难发达。

"不幸而生为富家之子的人，仿佛是被载上了重量而赛跑的人。"卡内奇说，"大多数的富家之子，总是不能抵抗财富所加于他们的试探，因之而陷入于不屑的生命中。这一等人不是那些穷苦的孩子的敌手，对于这些小老板，你们穷苦的孩子毋须害怕。但你们当小心着，不要为那些比你们还苦，还苦得多，而甚至他们的父母不能给予他们以任何学校教育的孩子，在事业上挑你们的战，而终于超越了你们，应该注意着那些一出小学校，就得投身工作，而所做的又只是洗地板之类的工作的孩子，一鸣惊人，而得到最后胜利的，恐怕都是这类人。"

为了要脱离贫困的境地而奋斗，这一件事，最能造就人才。假使世人都是一生下来不为需要压迫着去作工，人类文明怕直到现在，还在很幼稚的阶段吧。

翻开我国（美国）的历史，可以知道，在各界中的大多数成功的人，在起先往往是贫苦的孩子。

我们的最有用最成功的人，大都是从困乏与需要之学校中练出来的。大商人、铁路总办、大学校校长、教授、发明家、科学家、实业家、政治家，大都是为需要之鞭棍所驱策而向前，为想要改善自己的地位的愿望导引而向上。

在美国不知有多少的侨民，在初进国境的时候，未受教育，不通言语，无钱无友，但在以后却能跳上一个优越富裕的地位，而至置千万个有钱财有教育有机会而到后来反无所表现的生长在本土的青年于羞惭无地！

能力是抵拒困难的结果。伟人都是从同困难角斗中产生来的。不同困难阻碍奋斗而要想锻炼出能耐来，是不可能的。“生前没有试炼，死时只能算作半个人！”

一个生长于奢侈的中间的青年，时常依附于他人而毋须用自己的劳动挣饭吃的青年，自小被溺爱惯的青年是罕见具有大本领的。他之与人相比，正像林中的一棵树苗，同一棵每一寸树干的长大，都要饱受暴风猛雨的吹打的高大的棕树相比一样。

若是以贫困当作究竟，则我将不主张贫困是祝福之说。贫困的起点是好的，此外贫困便无意思，如像健身房中的运动器。贫困可以发达人，锻炼人。只在这种意义上，它是好的。贫困的本身是一种罪恶，但是从贫困中脱挣出来，却是一件好事。而这种从贫困中的挣脱出来，——假使能诚实地良心地做到——是可以唤出本领，与造就伟人的。

曾经自己一度做只赚得一年五十元的薪水的苦职员的克里微兰特(G,Cleveland)说：“可以兴奋人的能力，发达人的精神的东西，再没有比有实行计划的志愿，与相当的贫困的压迫者两者所联合起来的力量更为透彻，更为有效了！”

假使一个青年不被需要强迫着去作工，他将怎样呢？假使不用劳力，就可获得他所要的东西，他将怎样呢？假使他已经得到了他所需东西，他还肯奋斗吗？一万个人中没有一个肯为了培养品性，锻炼才能而去同贫困奋斗，同需要角斗，但为了要满足自己的志愿，与获取一切自己所愿望所喜爱的东西的缘故，人是肯奋斗的。

一个感觉到自己生活的幸福运气的青年，将会对他自己这样说："我所有的金钱已够我这一世的受用了；我又何急要清早起来，勤劳工作呢？"于是一个翻身，他又呼呼的睡着了，而就在这个时候，另一个青年，一个除他自己以外，茫茫的世界中便别无可以依赖者的青年，会因需要的驱策而被迫着离开床铺，从事劳动。他明白，除了奋斗以外，他别无出路。他不能依赖任何人，——没有人能帮助他。他知道这是他的生死系之的问题。

狡猾的自然，她就利用了这种方法，——人类因感觉需要而努力奋斗——实现了她的发达人类的才能，世界的文化的大目的。在她看来，金钱、财产、地位，倒反是件小事。

自然愿意为人付一切代价。她将置人于"纪律"的学校中，而使之受训练于"经验"的大学中，以完成她的意志。人在一生中所得到的金钱，产业，不过是偶然的东西。自然所照顾的是"人"。在比较下，对于金钱，她不很介意。但她愿意付任何代价，为了要造就人类中的伟人！

一一 工作的精神

测验人的品质有一个标准，就是他工作时所具有的精神。假使他对于工作，是被动的而非自动的，像奴隶在主人的皮鞭的督促之下一样；假使他对于工作，感觉到厌恶；假使他对于工作，没有热诚同爱好之心，不能使工作成为一种喜悦，而只觉得其为一种苦役——那他在世界上，一定不会有大成就的。

一个人工作时所具有的精神，不但对于工作效率与品质大有关系，而且对于他本人的品格也大有影响。工作就是一个人的人格之表现。我们的工作就是我们的志趣、理想，我们的"真我"之外部写真。看到了一个人所做的工作，就是"如见其为人"了。

自尊、自信是成就大事业之必须条件，然而对于工作不肯尽心尽力，而只求敷衍塞责的人，是不会具有此种自信自尊的。一个人假使不能在工作上尽其至善之努力，则他决不能得到最高"自我赞许"。而在一个人将他的工作视为苦役痛苦时，他是决不能在工作上尽其至善之努力的。

许多人都不知尊敬自己的工作。他们把工作视作取面包、乳酪、衣服居室一种可厌的"需要"，一种无可避免的苦役。他们不把工作当作一个锻炼能力的东西，一个训练，建造品格的大学校。

他们不懂得,"需要"压迫着人们去工作,即是强迫人们去发达他们内在的最优良的品格,即是教人们在奋斗,努力中去发挥出他们所有的才能,去克胜一切成功幸福的障碍。

不劳而获的金钱,他们不觉得可耻,不觉得其害处。工作对于他们只是一种苦役。

他们不懂得毅力、坚忍力以及其它种种高贵的品格都是从努力工作中得来的。一个人常在怨艾与卑视自己的工作,他的生活,决不能得到真正的成功。那是"弱"的自认。

在任何情形之下,不可容许你自己对于工作发生厌恶。这是最坏的一件事。假使你为环境所迫,而只能做些乏味的工作,你也当努力去设法,去从这乏味的工作中找出些兴趣与意味来。要晓得凡是应当做,而必须做的工作,总不可完全谓为无兴趣,无意味,问题全在我们对付工作的精神态度如何而已。良好的精神,会使任何工作,皆成为有意味,有兴趣的。

假使你以为你的职务是乏味的,则你的厌恶的心理,厌倦的念头,适足以招致失败而已。乐观的、积极的、热诚的心理才是吸引成功与幸福的磁石。

不管你的工作是怎样的卑微,你都当付之以一种艺术家的精神。这样,你都能使你的工作,成为有兴趣。而厌恶的感觉,自然会消灭了。

假使你对于你的工作,能付之以艺术家的精神,而非付之艺匠的精神,——假使你对于工作,能带有浓郁的趣味,贯注的热诚,——假使你决意,做每一件事,必须竭你的全力,则你对于工作,自不致生厌恶或痛苦的感觉。一切全视你的精神,你的态度。良好的精神,可以使最卑微的工作,成为有意味;不良的精神,可

以使人对于最高的事务，发生厌恶的感觉。

任何工作，凡为我们本身所绝对尊崇者，都是具有无尚的神圣性。一切的工作，都是神圣的，可敬的。凡是有利于世界人类的工作，没有一件事是卑贱的，可耻的。

你的工作，就是你的生活石像。它之为美为丑，为可爱可憎，全操于你自己之手。

做每一件职务，写每一封信，出售每一件商品，每句谈话，每个思想，每种动作，都仿佛是凿子的一击，可以美化你的石像，也可以损毁你的石匠！

不论作何事，必须竭其全力，这种精神的有无，可以决定一个人日后事业上的成功或失败。

只要精神贯注，则工作上厌恶、痛苦的感觉，都会消失。凡是不曾懂得这个秘诀的人，即是不曾懂得获取成功与幸福的要道的人。最平常的事务，只要能注上我们的心血，热诚，也可以使之成为神圣、高尚的职业。

可怜得很，一般人对于工作，总是机械式，无热诚式，无生气，无目的，随随便便，以过一生。工作是可以使我们的心灵拓大，生命生长的。这种艺术，他们没有学到。

在我们工作不忠实不曾付出最高度的努力时，我们对于自己，是不能有自尊与自信的心理的。

应该在心中，立下这样的信念，决心：从事工作，你必须不顾一切，在事事上尽你最高度的努力。你不能在工作的不忠实、不尽力上贬损自己，糟蹋你自己。

一二 谈话的艺术

前任哈佛大学校长伊立脱(Eliot)曾经说:“在造成一个‘上流人’的教育中,有一种训练是必不可少的,那就是,优美而文雅的谈吐。”

凡是善于谈话,而能利用其美妙的言词,以引起他人的注意,而使他人倾倒,使他人乐于亲近,这种人,在一生中,真要占着不少的便宜。

善于谈话的人,不但能使不相识的人见了他,产生良好的映像,并且能多识与多交朋友,能广结人缘,到处受人欢迎。他能在事业上处处占到便宜。他可以得到最上流的交游,虽则自己的地位,也许颇为低下。

善于谈话的人,真是“奇货可居”。人人都喜欢邀请某太太晚餐或茶话,因为她的谈锋很健。她的为人,或许有许多缺点,但是因为她“健谈”,所以人们都乐于同她交接。

许多人的谈话的本领,都不很高明,这是因为他们不曾把话当作一种艺术,不曾在这种艺术上下过功夫的缘故。他们不肯多读书,不肯多思想。他们谈话,宁愿用极随便,极粗俗的语句,而不肯“三思”而后言,不肯努力去将自己的意思,用最文雅,最漂亮的语调发表出来。

有不少的青年人，终日相处，其所谈话，总不脱那些愚蠢而无意识的琐事，这种谈话，对他们毫无益处，而只足以使他们的志趣、理想与生活，日趋低下。因为这种谈话，可以使得他们的思想，只及于浅薄而无意识的事情，而不及于高尚的事情上。

在街道上、在街车中、在公众的地方，我们常常有机会听得人们用了喧闹，粗糙的声音，说出那低俗，下流的字眼，油滑，随便的语句。

谈话的精粗，优劣，最足以显示出你的教育程度与身价的高低。你的言语，往往会在无意之间，宣泄你的一生事迹。你的谈话，会将你的一切隐秘宣布出来，会将你的真面目揭示给世界。有许多人在职位，事业上的上升，都是受赐于他们谈话的本领，给予他人以良好的印象。这在事业上，一定可以大占便宜。而最能给予他人以良好印象的，唯有谈吐精纯的人。至于过政治生涯的人，他们一生的成败与毁誉，更是全视他们的两片嘴唇皮了。许多人因为口才好，就得选入议院，或身居要冲，许多人本领并不高明，但因为口才好，逐渐占有高等的地位。

谈话之道，至不易言！你当求措词之文雅，态度之自然，同时又须使你的言词，富于同情，而处处显示你的善意的精神。你的谈话，一定求其能引起与抓着他人的注意，而唯有充满着温暖的同情言语，才能够引起与抓住他人的注意。假使你的谈话，是很冷淡而寡情，你是抓不着他人的注意的。

在一切的题目上，常常努力去作优美而精纯的谈论，常常努力去用清楚、流顺、漂亮的言词，以表示自己的意思，这是一种良好的训练。我认识有些人，他们从没有受过中等以上的教育，但是他们很精于谈话的艺术，所以别人遇见了，总以为他们是受过

高等教育的。

同精于谈话的艺术的人谈话，最能引起我们良好的印象与愉快。

假使你有志于求你的谈话艺术的深造，你必须要多交接那些有学问的人们；则耳濡口染，进步自速，假使你没有上等的交游，则你自己纵然受过高等教育，你的谈话的本领，仍不会高明。

心中有着意思，而词不足以达之，心中努力要想说话，而讷讷不能出口，这种人最是可怜。

假使你在要发表意思时，而竟捉不住那意思，要寻觅适当的词句，而竟寻不到，你不必害怕，你仍当努力尝试发表。起先的结果，虽或是失败，但熟能生巧，以后你的谈话，一定有进步。假使你努力尝试不已，则久而久之，谈话时自不至受窘，而能措词流顺，态度从容了。

有些人有着高超的思想，独到的意见。但是言语不足以达之，他们的言语，不足以将他们的思想装扮得像个模样，他们说话犹如走马灯，说来说去总是这一套。而想用几句固定、肯定的语句，去表达出他们的真意，倒反是不能。

多读书也是求谈话艺术之进步的一种好方法。多读书不但能开拓我们的心胸，增加我们的知识，而且能使我们熟悉许多名词与语调，所以是大有助于谈话的艺术的。

一三 在薪金之外

假使容许我对于这个与初跨上人生之旅途的每个青年至有关系的重要题目说几句话，则我将说："在初出世间的时候，不要太顾念到你的雇主所给你的薪水的多少。你毋宁去想着你自己能付给你的种种可能的薪水，在技巧的增加，经验的扩大，及整个生命之充实各方面。"

雇主给我们做的工作，只是我们用以建造品性人格的材料。那是一个训练才干，扩张精神，发达智力的实验学校，不是一个用以榨压出银元银角的石磨片。

一个人只为了薪水去工作，此外更无其他较高的动机，那他是不忠实的。而受他欺骗最厉害的人，正是他自己。他就在日常工作的量与质中，欺骗了他自己，而这种因欺骗而蒙受的损失，他日后纵使怎样的急起直追，振作努力，也是永远不能追偿的。

你放在工作中的量与质，可以决定你的整个生命之质。不管薪水如何微小，对一切工作，都愿出至善的服务，至高的努力，而不肯自安于"次好"与"较低"。这种精神之有无，可以区别出你是成功抑或失败。

你可以从你的工作的忠心中，从你在工作时的善良精神，高尚的存心中，取得十分宏大的报酬。以这种报酬而与雇主所付给

你的薪水相比较则后者真是无足齿数了。他付给你银元，你付给你自己以可贵的经验、善良的训练、效率的增加、自我的表现、人格的建造。一个青年而对于薪水之高低的问题之顾念，甚于那些可以从自己的工作中得来的种种报酬利益。它真是何等的狭隘、小器，何等的不知轻重啊！

不要害怕，以为你的雇主将不能看出你的努力、功绩，而不把你提拔上升。假使他是要寻求高度效率的雇员，以为他臂助的，——又有哪一个雇主不这样呢？——则在你可以值得被提升时，将你提拔上升，正是他的心愿。

常常，我们看见许多有作为的青年，在低微的薪水下工作多年，但一朝却会受了魔术般的，突然跳上一个高等而负重任的位置。为什么？就因为在他们的雇主每星期只给他们极少的银元的时候，他们正在给予他们自己巨额的工作经验，办事能力的增加，营业手段的进步。

许多青年人，每因所得的薪水，在他们自己看来低于他们应得之数，于是在工作时，故意使工作的量与质恰与雇主所给薪水之数"两讫"为度，于是将信封袋以外的种种宏大的报酬都抛弃了。他们对于工作，故意取一种躲避不及，与愈少做愈好的态度，因之不想去取得那种更重要的薪水，他们可以自己给予的薪水，而宁甘坐视自己人格，能力的不发达，使自己做成一个狭隘、小器、无效率、愚腐的人；使自己的生命中不含一些宏伟、尊贵、高大的性质的成分。

他们的才干，他们的独当一面的能力，筹划设计的能力，他们的机智，与这些可以使他人居上，使他们做成伟大完备的人的一切善良的性质，都将因之而不能发达。就在他们给予他们的雇

主以吝啬的服务，以与雇主“两讫”的时候，他们是在阻碍他们自己的生长，拦阻他们自己的前程，而使他们自己终其身只做半个人，而不是整个人。他们自己做成一个卑小、狭隘、无用的人，而不是精强、宏大、完备的人了。

在你去就一种职业时，你该想着，那是你自己的职业，是为你自己而工作。当然，薪水的数目，在你是多多益善，但你该记着，这总是一个很小的问题。你之就一职业，就是你得到了一个深入于那个职业的中心内容，接触其中的人物的机会，得到了一个可以用你的耳目尽量的吸取关于那个职业的智识，那与你的前途至有关系的知识的机会。

在工作时你该立志使出你浑身的气力与知识，以最好的办事方法；你该立志做成进步的，维新的；你该立志以一种无限的热诚去从事工作；则在上位者，对你自会立刻引起注意。

世界上最卑小的人，就是那只为了薪水而工作的人。信封袋中的区区之数的取得，只是工作的低下的动机，它可以使你获得面包与乳酪，所以是必要的。但除此以外，你应该还有满足无限的高尚的欲望的要求。想做成一个正直的人，想尽你最高的努力，以去做那正直的事、公平的事，把这放在前面，则面包、乳酪的问题，真是不足挂齿了。

一四　努力自爱

有些人很小心着去保持他们室内的钢琴，使其各个音键，不致损坏。但他们却从来不肯费些心力以去保持他们的身体，使其各部不致损坏。他们要在根本上已经损坏了的"活琴"上，弹奏人生之大音乐，则他们所能产生的是混乱而不是和谐，又何足怪！

人生之第一件要事，就在保持我们的能力于最高的标准，储藏我们的精力，维护我们的康健，以使我们对付任何事，都能使出我们的全力，使出狮子搏兔般的气概来。保持自己于能够干得来在可能范围以内的一切大事情的一种情形中，这是每个人的一种神圣的责任。

随处，我们可以看见有许多青年男女，有着可以成大事之资，但却只能做些小事，工作、志愿，处处爱牵绊，以送度其庸碌的一生。就因为他们缺少体力，缺少生命力，于是而没有披荆斩棘以排除横在途中的种种阻碍的勇气。

说到自爱，第一须从精神上自爱起。"人在心中怎样想他自己，他就怎样。"他的内外的生命历程，都是他心中所想的呈现。所以，假使你自己愿望着做成某一个样式的人，你该把你自己就当作那样式的看待。对于自己有相当的重视。这是自爱的第一义。

在各处的机关中，我们可以看见许多的办事员，都是半醒半睡，半死半活，浑身充满了死去的染毒的细胞。这是他们不正当的生活，不正当的思想，不正当的习惯的结果。从这些人的生命中不能生出大成绩来，还算值得惊异吗？

当前有着种种的大机会，只因自己的精力已在不正当的情形下耗去、漏去，因而没有力去抓着那些机会，或者虽能暂时抓得，而终于抓得不牢不稳。这真是人世间所能尝味到的一种最伤心的经验啊！

一般人对待自己的身体，往往不及他们对待他们的贵重的机器，或别种可以从中取得厚的报酬的物件那样聪明，那样周到。

譬如，就拿消化器来说吧。消化器是供给我们全身以动力的机关，然而我们对待它的方法却总是不大正当。我们总要使它的大部分的劳力，都费在消溶各种的过剩的或不适宜的食品上。因而在消溶必需的正当的食品上，反而发生困难。更有些人，与上面所说的那些人恰成一极端的相反，为着要"经济"的缘故，不去充分地摄取必需的各类食品，因而全身的各部组织，都呈着一种半饥饿的状态。

有些人则为了要宝贵时间，加意勤免的缘故，放弃一切必需的应有的休息及游戏，因而摧残了他们的生命力。

有了才能，而因身体孱弱之故，才能被破坏，因而不能发挥，才能有何用处呢？假使你因不正当的生活，或因没有相当的注意及休息之故，使得身体衰弱，生命力减低，甚至于一举手一投足之间，即呈精疲力竭之象，则你的脑力之强，纵可被称为天才，有何用处呢？

体弱的著作家所写的书是没精打彩的，不能抓住读者之心胸，因为他没有充分的生命力注入于他的著作中。他的书不能感动读者，因为在写那书时，他的内心，先就不曾自己被感动过。因为他的生命力之低下，所以他的书是没有生命的。体力不佳的演说家不能抓住听众的心，因为身体弱，所以连他的精神言语都弱了。体弱的教师不能兴奋起他的学生，因为他自己本身就缺少生命与热诚。他不知自爱，所以他的头脑，神经衰弱了，他的精力耗尽了。

宝贵的生命力之浪费者是一种最坏的败家子。这种人比那些浪费金钱的败家子更坏得多。他们简直是在自杀，杀掉他们自己生命中的种种机会，幸福。

不爱自己与不爱他人，同样是一种大罪恶！

人生的第一要事是效率。假使你愿意在世界上有所表现，则你的时间是贵重的，精力是宝贵的。精力是你的生命资本，你不能把它不谨慎地抛掷在无意义的地方。

在任何情形之下，你当节用你的精力，储蓄你的生命力，而紧执着每分的生命力，如像溺水的人紧攀着海中的木板一样。宝贵着你每丝的体力，因为那是使你得到幸福、成功的材料。能够如此的人，则他虽无钱却比有钱而轻掷自己的宝贵的生命力的人为富裕。有了这种可贵的精神，则相形之下，黄金幽暗，钻石无光，至于田房屋产之类更是不足同日语了。

一五　生命之资本

成功之大小，不系于你在银行中所存的款项的数目之多少，而是系于你在生命中所有的资本之多少，与你怎样去使用那资本，系于你在事业上能放出多少的力量。一个因营养不良而至衰弱，或因生活不知谨慎而至精力受损的人，较之一个各部官能，各种机能，都健全精壮的人，其成功之机会，真是微乎其微。

假使你是头脑清楚，意志肯挚，而有志于大成就的，则你必须将每丝的精力，每丝的体力，精神力，视作宝贵的生命资本，而非在有价值的地方，不肯割舍丝毫。

你必须视任何方式的精力耗损，视每丝的精力之损失，为一种不可宽恕的浪费，甚至是一种不可宽恕的罪恶或犯罪行为。

你必须阻塞每丝的精力之走漏，阻止每丝的不必要的生命资本之损失。庶几你能将你的全部精力，全部生命资本，最经济地、最有效地使用。

你必须保持你的每种机能，每种能力于最高的标准。庶几你每天工作时，都能精力饱满，应付裕如。

假使你不能以一个强健精壮的身心去从事工作，假使你在工作上，只能放出一小部分的力量来，则你必然的只能实现极小部分的成功可能性。

一个人精力耗损，活力低微，身心衰弱，至于不能愉快地、自动地、有力地工作；而只由意志勉强着去工作——这是最可怜的一种景象！

保持你自己的身心的健旺，使之适宜于工作。庶几你在工作时，能够愉快、自动，而不至感受勉强或痛苦。假使你精力健旺，则仿佛在你的容貌上，从你的毛孔中，都能射出力量似的。浑身精力健旺，生气蓬勃的人一小时工作的成绩，往往要超过精力衰弱的人一整天的工作的成绩。

一个青年，而想以一个衰弱的身躯，萎靡的机能，去取得成功，这是一件可悲的事情。而最可悲的，就是，假使他能够聪明，谨慎地生活则他的身心未必会得衰弱，他的志愿未必不能实现，而世界也许有因他的成功，而蒙其福泽的。

建筑起你的事业的材料，就在你的生命中。你的"自我"就是你最大的资本。你的未来的成功之秘诀，就锁藏在你的脑中，你的神经中，你的筋骨中，你的志愿中，你的决心中，你的理想中。一切全靠你的生理与精神状态。你在事业中投入的体力、与精神力的数量之多少，可以测量出你的最终成功之大小。所以减少你自己的体力与精神力，减少你的生命资本，即是减少你自己的成功机会与生命价值。

许多的人，在工作之余所耗费的精力，比在工作时间所耗费的更多。虽则假使有人去这样的告诉他们时，他们或许要吃惊，甚至动气。他们以为，只有肉体上的断丧，才能摧残精力。其实可以摧残精力的方式何止百端。烦闷、恐惧、忿怒以及其他种种不良的思想与情感，都是足以摧残活力的。

有着大量的生命资本，大量的体力与精神，但不知善于利

用，以使你取得成功，这有何用处呢？

在一个人的生命中，有了任何弱点，这弱点即足以破坏阻碍了他的全部事业、前程。这个弱点，会使他一生过度着悔恨的日子。每种不检的行为，错误的行为，都足以开一走漏生命资本的孔洞。

“自然”是无情的，不仁的。假使你破坏了它的法则，则你纵然是一个君主，也得受罚。君主乞丐，在它面前是一律的。你不能将“弱”，将“困难”当作你的失败的托词。它要求，你应该常常强旺，常能使出你全部的力量。她不能接受任何推托，任何恕词。

一六　自恃与自助

一般人们最不好的一种毛病，就是假使他在一方面不具有特殊的天才，他往往不肯想去尽他可能的努力。然而有许多人，在起先似乎是庸庸碌碌，不足自恃的，日后却会成为伟大的人物。在我们的力量没有受过检验以前，我们是不能明白我们自己究有多少力量的。

"自恃"是比朋友、金钱、势力以及各种外界的援助更为可靠得多的东西。它之能排除阻碍，克胜艰难，它之能使各种冒险及发明终获成功，比什么东西都更多。

每个平常的人，在理是可以自恃自立的，然而真能充分发达其"独立"的能力的，却比较的很少。依赖他人，追随他人，让他人去思想、去计划、去工作，这自然要比我们自己去努力便利得多，适意得多了。

以为事事都有他人替我们做，因而我们自己，可以无努力之必要，这种感觉，最有害于我们的事业的努力，与自我的表现！

凡是想要给予自己的子女以相当的凭藉，使其在世上不至奋斗得太艰苦的人，恰正是在不知不觉之中，将祸害带给自己的子女了。他们以为"爱之"，实际上适以"害之"！要使青年人能努力，必然需要一切的动力。他们的天性是依赖、模仿、抄袭，所以

他很容易成为因人成事,人云亦云的。假使你们给予他们以凭藉,则他们决不能“自行”。他们将永远依赖你们,假使你们应许他们依赖。

能够发达我们的力量,才能的,不是外援而是自助,不是依赖,而是自恃。“坐在”便利与幸福之垫褥上的,人是会昏昏入睡的。

一个能够抛弃一切凭藉,放弃一切外援,而一切都依自己的人,才是能够得到胜利的人。“自恃”是启“成功之门”之钥匙。“自恃”是力量之开发者。

在风平浪静的湖面上驾驶船只,那是不需要大量的技巧与悠久的航行经验的。只有在海洋为暴风雨所激怒,浊浪排空,怒涛山立,船只有灭顶的危险,而舟中人相顾失色,莫知所措的时候,舟主的航海能力,才能显示出来!

只有在脑筋受极度的试练,在浑身所有的智力、能力,必须拿将出来,以去挽救一个当前的危难的时候,一个人才能发达他的最大限度力量!

经济窘迫、事业惨澹、生活艰难,这是“真正的人”获得最大的长进的时候。没有奋斗,即是没有品格的长进,生命的生长。

你能一朝放弃你求助于他人的念头,而完全变为自立、自恃,则就在这个时间,你是走上成功之路了。你能不暇外力,自依自助,你即能产生出为你自己梦想不到的力量。

外界的助力,在当时看来,似乎是一种幸福,但最终它是一种祸害,因为它能阻你上进。给予你以金钱的人不是你的好朋友。能够督促你,鼓励你去自依自助的,才是你的真朋友。

世界上有不少身体衰老,甚至四肢不全的人,尚且能够自谋

生计，难道身手健全的青年，倒反而要仰赖、求助于他人吗？

在一个人依赖他人时，他不能感觉到自己是一个“完全的人”。等到他有一种职业，位置，而可以绝对自立、自依时，他才能感觉到自己是一个无缺憾的人，才能感觉到一种光荣与满意。而这种光荣与满意，是别的东西所不能给予的。

芸芸众生，在世界上，往往其地位无足轻重，其中有一个原因，就是他们不敢做他们自己的事，信他们自己的信仰，他们甚至不敢想自己的思想，他们做事时，常要求面面周到，免致开罪他人。他们在开口以前，必先想法探听别人的意见，与自己符合与否，然后才发表意见。结果其所发表的意见，只是人云亦云而已。

人们都藐视那些不敢表现自己的人，藐视那些在没有知道别人的意见以前，不敢发表自己的意见（怕要开罪他人）的人。人们的天性却喜欢赞美那些真实的人，勇敢的人，有其自己的意见，而同时又敢于发表意见的人，有其自己的信念、信仰，而同时又敢于坚持其信念、实践其信仰的人！

一七　心灵的愿望

我们心灵的愿望，灵魂的渴念，不是虚无飘渺的梦境或幻想，而是我们未来的可能的"实际"之预言、预兆及报讯者。它们是我们的可能性之指示者。它们能测量出我们志趣的高下，能力的大小。

许多人总容许自己的种种愿望、渴念，慢慢的淡漠下去。他们不懂得，愿望的热烈与坚持，是可以增强自己的力量，以去实现自己的梦想的。

心灵的愿望，可以鼓起我们创造的能力，以去从事所愿望着的事情。它们是我们全身各部机能的常备的补药，能够增加我们的能力。实现我们的梦想。

"自然"是一位"真不二价"的店主，它肯拿出一切东西来给我们，只要我们能付与代价。我们的志愿、愿望，如像根株一样，伸入无形踪的"能力宇宙"之各方面。而这些精神之根株，能发为动作，以摄取能使我们的志愿，愿望趋于实现的东西。

假使世间实际上没有"南方"，则鸟到冬季，决不会有向南飞的本能。人亦有然，我们种种心灵的愿望，愿望视获得一个完满，广大的生命，愿望着得到一个充分表现自己的机会，愿望着生命的成就不朽，就因为在实际上，我们是可以实现此种种愿望的可

能的。

每个合理的志愿或愿望，都是绝对可以实现的。

所谓合理的愿望者，并不是指那些荒诞不经，超越情理的妄想，而是指实现种种理想的愿望。愿望着得到充分地，完满地表现自我，愿望着完成在我们最高灵感时所显示着的生命之模型的时机。我们的理想，即是我们的未来的“实际”的构图草案。

我们的品格与效率，常随我们思想情绪。理想的性质之改变而有所升降。所以你一知道某一个人所怀的理想，你即能知道那个人的品格，那个人的全部生命是怎样。因为理想是足以支配一个人的全生命的。

所以你的一切思想、理想、志愿都应该使之趋向于“崇高”、“优美”。你的思想，应该随时有向上的倾向。你当立志使你的思想、行为，永远不与“卑下”发生关系，使你所做的一切事，都能印上“优美”的钤记。

这种心理的向上，这种精神之趋向于高大理想，宏大事物，有一种提高生命的力量，可以使得我们生命，达到较高的水平。具有这种心理的人，当能抵制一切不和谐、不顺利以及一百零一种“平安”、“效率”、“成功”之敌人。

假使我们不断地要求达到某项目的，则最终我们会成功的，虽则在起初似乎没有这种可能。假使我们常想实现我们的理想——不管是健康的身体，是高贵的品格，是伟大的事业，——假使我们对于这些东西，想望、渴念得十分生动、热烈，则这些东西，最终不必会加临于我们的生命中的。

“愿望”能凝结而成“决心”才有用处。热烈的愿望，坚强的决心，两者相合，才能生出创造的力量来，以去达到目的。愿望与努

力两者相加，才能生出效果，仅有愿望而没有决心，仅有理想而没有努力。则这种理想、愿望，最终是会烟消云散的。

我们的各种理想，有决定我们的品格，决定我们的行为方式之力量。我们日常的心中的愿望，会在我们的容止、品格、生命之中表现出来。我们必先有理想，然后才有生命的实际。

一所建筑，不过是建筑师脑海中的计划之实现。同样，一个人的生命实际，事业成功，也不过是其人的理想之实现而已。

我们的憧憬，就是我们可能的"生命建筑"之计划草案。但这种计划，假使不加上强毅的努力，则将止于"计划"，正像建筑的画案，将止于图案，假使没有工人的实际工作。

假使你愿意求在你生命中的某几方面的长进。你就当很热烈地、坚毅地、想望着那些理想，把这些理想、这些愿望，保存在你的心中，直至实现了理想为止。这样慢慢的、弱的人、不完满的人，罪恶过失的人，会一变而为理想的人。

不断地集中我们的精神于我们的愿望上，从这中间，可以生出大量的创造力量。它能生出一种神奇的力量来，以去摄引成就我们所愿望的东西。

我们的精神态度，心灵愿望，是一种祷告。这种祷告，"自然"一定肯俯允的。假使我们的愿望，真是出自我们的心坎深处，假使我们能够向着我们的愿望，向前奋斗，她总肯扶助我们成功的。

一八 期待的哲学

[译者按:期待的原文系 Expectancy。此字含有"预期"的意思,与"希望"(Hope)一字,意义不同。]

常常存着良好的期待,期待着将来前程之充满着光明希望,期待着将来我们的志愿好梦之终能实现,从这中间,是可以生出大力量来的。

对于我们的生命,最有帮助的,无过于在心中怀着一个乐观的期待态度——一个只注意着、期待着最好、最高、最乐的事物的态度。

对于自己的前程,有良好的期待,这是足以奋起我们的努力的。期待着成家立业,安富尊荣。期待着自己在社会中占些地位,露些头角。这种种期待,都能驱策我们努力奋斗。

世界上有多少人,都自以为世间尽有着种种幸福安舒,以及种种高等的物质享受,然而那都不是为他们而有的!他们牢牢的相信,那些东西只有别一阶级中人所能享受,而对于自己,是没干份儿的!

但是为什么他们与别人,处在不同阶级中,别人有份,而他们没有份呢?就因为他们想自己是与别人不能相提并论的;想自己是属于下等的阶级的;就因为他们划地自囿!天下有什么方

法，可以使人们得到世间的种种幸福，假使他们深深的自信，这些东西自己是没有份儿的？

假使你老是志趣卑微，自甘低下，老是对于你自己，没有多大的期待，老是不相信世间的种种幸福，可以属于你的，你自然只能渺小卑微以殁世了。

我们期待什么，就得到什么。所以假使我们不期待，即不能得到。一个人怎能变为富裕，假使他不期待着富裕？

想要致富而同时心中怀疑着自己的能力之不足致富，心中刻刻在期待着贫贱，这真是所谓南辕而北辙。

一个人假使常常怀疑着自己的能力不足以成功，则他决无成功之理。期待成功的人，才能成功，他的心理必须是积极的、向前、向上的、乐观的。

一面在愿望着，追求着一事，而心中却在期待着相反的事，这最足误事。假使你渴望着得到昌盛富裕，而同时却怀着期待贫贱的精神态度，则你永不会走入昌盛富裕之门。

许多人就因为其精神态度不与其实际的努力相应和——进行此一事，期待另一事，——所以其大部分的努力，都是劳而无功的。他们所怀的错误的精神态度，会于无形之中，把他们所追求的东西驱逐掉。他们进行事业时，没有存着取胜的期待，也没有存着坚强的自信与决心。

“灵魂期待着什么，即能作成什么。”

最足使病人心情趋于严重的，就是不良的心理作用，精神态度——常常注意着，害怕着病情的变化，常常待着症候的发现。这种不良的期待，对于病体能生出可怕之恶影响，它可以使病人的生命与活力的泉源趋于枯干，而终至于死亡。能够医好疾病

的，只有乐观的期待，与坚强的信抑，病人的对于病情的乐观的期待，对于医师及药剂的坚强的信仰，其治疗疾病之功，实际上要超过于医师及药剂本身。

常常期待着自己的将来，是充满希望与光明的；期待着自己在将来，总会康健的、昌盛的、幸福的，才能在社会中占些地位的。这种心理之养成，对于你一生的事业上的帮助，超过于何东西。

我所认识的大多数的成功的人，都是有着乐观的期待的习惯的。不管目前的情形怎样惨淡黑暗，他们对于“最后之胜利”，自以为有把握。这种乐观的期待心理，会生出一种神秘的力量来，以使他们达到所愿望的目的。

我们的各种机能，都从我们的意志的命令动作。所以我们的意志期待它们做什么，它们就做什么。假使我们期待得大，要求得切，而一定要它们执行我们的志愿，则它们自会顺从我们的心愿，而进行动作的。

期待着自己做大事业的这种心理，最足以发达我们的能力。这种期待可以唤起我们隐伏的力量，而这种力量，要是没有大的期待，迫切的催唤，是会永久被埋没的。

你应该坚强地自信，你自己是总能达到你所有的理想的。对于你自己，天下无不可成之事！不要存一丝怀疑的念头！你当将这种念头，逐出你的心境，而只容留些足以助你成功的思想。

应该常常怀着“前途光明”的期待，怀着只要自己能努力、能奋斗，则伟大宏丽的一切必然在等候着自己的这种信念！

怀着一个乐观的期待态度，期待着一切事情之是吉而非凶，成功而非失败，幸福而非痛苦，这对于我们的生命，最有裨益。

凡是禀着极强的期待的人，不管环境怎样困难，总是会成功的。因为他的坚强的精神态度，曾肃清一切足以阻碍意志薄弱的人前进的“成功之敌人！”

一九　日新又新

水不流动，必至污浊。同样，一切事业，假使当事者不常在留意着改进改良，努力着日新又新，最终，是准会落伍、失败的。

上进、成功的人有一个显著的特征，就是他在各种地方，都常在求进步。他惟恐自己的事业之不进则退，惟恐自己的落后。

没有人应该在事业达到某一点时，就表示满足。他应当求超越那一点，而精进不已。假使他自满自足，以为无可再进，无可再前，则就在这个时间，他事业上的下坠的过程，就开始了。

每晨出发工作时，你当下一决心。力求在职务上，较之昨日有所进步。你当把事情弄得比昨天更好些，然后在傍晚离开你的工厂，办公室，或别种工作场所。每天你当谋若干之进步。每天你当走前几步，走上几级。这样，一年之后，你会发现，你的职务事业，有着可惊之进步。

精益求精，常求进步的这种习惯是传染的。假使在上者有着这种精神，则在下的人，将会传染到这种精神，而努力于求工作之进步。

一个要想求事业进步的人，必须常同外界接触。他必须常去参观，拜访同业的各商店、展览会以及其它种种可以使他有机会得到营业上的新方法、新观念，在他事业的血管中，注入新血液

的地方。

一位著名的支加哥商人语人，费一星期的时间去拜访国内的各同业商店，可以完全更换他对于自己的营业的看法。他每年总要出外旅行一次，以去考察各家著名商店的管理法与经营法。他觉得，要使自己能够站在广阔的，不偏的观点上看察自己的营业，要保持自己的事业不致下坠，这种旅行，是绝对地必须的。

在获得种种办事上、营业上的新方法、新观念、新暗示以外，他说，每次旅行回来，总使他觉得自己的商店是与旅行以前的时候不一样了。以前办事上、营业上的小缺点，店员的小疏忽，为以前所不曾注意到，或者虽曾注意到，而总以为是无关紧要的细微的弱点，现在都被他发觉，都引起他注意。在新鲜的眼光，扩大的眼界中，以前的"细小"的事，现在成为重要了。于是他要举行店务的革新。改进管理营业的方法，裁减无能的店员，而充满他的事业以一种簇新的气象。

一个不出自己的店门一步，不同别人及别的商店交接的商人，对于自己的商店中的营业，店员的缺点，一定是盲目的，不容易觉察的。要开亮他的眼光的唯一办法，就在容纳新的光明，常去看看别人家的榜样。

人体中的血液，必须时常更新，才能维持身体的康健，精壮。同样，要保持业务的不致下坠，必须常有新方法的改进，新观念的摄取。

很少人能够懂得"善观于人"，与从客观的地位上，观察自己的业务的益处与价值。

常常伏处在一个环境中的人，在事业上总要落伍，下坠他们浸润在老环境中过多，所以对于各种小缺点，小疏漏，都是"习焉

不察"。这种小缺点的存在，原来是在不同的环境的反映下，才能看出的。

例如，有一个旅馆经理，在走进别一家旅馆的一小时内，所能看出那旅馆中应待改良之点，一定要比那旅馆中的终年不出外的经理自己在一年中所看到的更多。

普通人的弊病，就在以为要改良事业，必须是整个的，突然的。他们不懂得大处着眼，小处下手的道理。其实，只有从小处下手，只有逐渐的改良，逐渐的演进，才能收最后之成效。

"今日在我的业务上，有可以改进的地方否?"你应该将这个格言，揭示在你的办事中，而每晨向它注视一次。

我认识一个自少采取，服膺这句格言的人。我们可以在他所做的一切事上，看出这句格言对他所生的影响。他常常尽力求进步，结果他的办事能力，发达到为他人所不能企及的程度。他所做的事，没有是"次等"的。"完善"是他所做的一切事上的商标!

二十 却贫法

世间一大部分的贫穷，都是一种病态，是千百年不良生活，不良环境，不良思想的结果。我们知道，贫穷是一种反常的状态，因为它是不适宜于人类的生活的。它与人类的最高幸福相背驰。“富裕”、“充足”，天下众生都应有份。所以假使人们坚决地要求着，与不断地奋斗着去取得这富裕、充足，他总会得到的。

假使普天下的贫穷的人，能够从他们的颓丧的、不良的环境中转身过出，而去朝向着光明愉快的方面，假使他们能立志要脱离贫穷，与低下的生存，则在最短期间，这种决心，一定可以使社会文化变色。

许多人总以为，自己是已尽其最高的努力以去同贫穷奋斗，实则他们远没有尽其一半的可能的努力呢！

就事实论，世间大部分的贫穷，都是由“懒怠”而造成，都是由奢侈，浪费及不愿努力，不肯奋斗所造成。

除了奢侈浪费以外，“懒怠”之足以败人事业，比任何东西都更甚；而奢侈浪费与懒怠，往往是无独有偶，携手偕行的。

人们有几种坚强的品格，是与“贫穷”不两立，不相容的。

自恃与自立，是坚强品格之基石。我们常能发现，在那些虽则贫穷，虽则不幸，而仍然努力奋斗的人中间，这种品格很常见，

但是一个因失掉了勇气，失掉了自信，或因懒得去付“富裕”之代价而至于贫穷的人，却没有这种坚强的品格，因之其人格也就渺小，同那些在不断的去取得富裕的努力中锻炼出大量的精神力道德力的人相比较，他是一个弱者。

当你立定志意，要永远摆脱贫穷，永远同贫穷脱离关系，要从你生活上的各方面，都拭去“贫穷”的痕迹；当你立定志意，要在世界上显出你的真面目，要一往无前地朝向“成功”、“富裕”之标的而前进。而世界上没有一件东西，可以推翻你的这种决心时，你会发现，从这种自尊心理同自信心理中，是可以给予你以大力量的。

最足以损害我们的能力，破坏我们的前途的，无过于与目前的不幸环境相妥协，以不幸环境为固然，而不想去摆脱它。

因为自己不能过如像富裕的人所过的生活，不能如像富裕的人所得的享受，贫穷的人，往往要灰心短气，不想奋斗。他们不想尽其可能的努力，以去脱离贫穷。

大部分贫穷的人的毛病，就在没有以为自己可以脱离贫穷的自信。他们已经同贫穷妥协，以贫穷为他们应有的命运。

到了一个人停止战斗，放下枪械，竖起白旗时，在这时候，除了恢复他已经失去的自信心和赶去他脑海中的定命论的观念以外，实在别无办法。

上天决无意思叫任何人留于贫穷，留于痛苦不幸的环境中。

我认识一个青年，他是一个著名大学的毕业生，他的体态很魁梧。他说，他甚至连买一顶草帽的钱都没有。他说，要不是他的父亲每星期供给他五元钱，他会挨饿。

这个青年人就是犯了没有自信心的毛病。他曾尝试过许多

事件，但都告失败。他说，他不信任自己的能力。他说，他的教育是一个失败。他说，他得到一种职业时，总不以为自己是可以成功的。所以他习此不成去习彼，习彼不成又习此。结果是百无一成，就因为他怀了错误的精神态度，就因为他不曾走上正轨。

贫穷本身，还不如贫穷的思想，还不如以自己为命定贫穷，必须老死于贫穷的这种信念为可怕，可憎！

假使你觉得自己的前途无望，觉得周围的一切都很黑暗惨淡，则你当立刻转过身来，朝向另一方面，朝向那希望与期待之阳光，而将黑暗的阴影，遗弃在背后。

斩除你一切的贫穷的思想，疑惧的思想。从你的心扉中，撕下一切不快的、黑暗的图画，挂上光明的、愉快的图画。

你应该下着强毅的决心，同贫穷奋斗，因为世间的种种幸福、享受，是应该大家有份的。所以你也当在不妨碍，不剥夺别人的份儿的条件下，去取得你的那份儿。你是应该得到富裕的。那是你的天赋的权利！

心中不断地想要得到某一东西，同时坚毅奋斗着去求某一东西，则最终我们总能如愿以偿。——世间有千万个人，就因为明白这层道理，而挣脱了贫穷的生活！

二一 坚 忍

“坚忍”是解除一切困难的钥匙。它可以使人们成就一切事。

它可以使得人们在大灾祸，大困苦的时候，不致复亡，它可以使贫苦的青年男女，受大学教育，而在世界上有所表现，它可以使纤弱的女子能够担当家中的负担，维持家中的生计，使残疾的人能够挣钱养活衰老的父母。它可以使逢山凿隧道，逢江架大桥。它可以使人们以铁路、电报等利器，将各洲贯通联络起来。它可以使人们寻见新陆地，获得大胜利。

世界上没有别种东西，可以比得上，可以替代“坚忍的意志”。教育不能替代。多财的父母，多势的亲戚，一切一切，都不能替代。

坚忍的意志，是一切成大事业的人特征。他们或许缺乏别种良好的性质，或许有种种弱点、缺陷。然而坚忍的意志，则是成大事的人所决不会缺少的涵养。劳苦不足以灰他们的心，困难不足以冷他们的志。不管事情怎样，他们总会坚持，忍耐着，因为坚忍是他们的天性。

青年人用了“坚忍的意志”常作资本，以从事事业的。其能得到成功，比那些金钱为从事事业的资本的人更多。人们的成功史，在证明出“坚忍”可以使人脱离贫穷，可以使弱者变成强者，

无用成为有用。

已故的克勒吉(Craigid)夫人曾经说过，美国人的成功之秘诀，就在他是不怕失败的。他心中想要做一件事时，每出以全热诚，赴以全力，而简直想不到有任何失败之可能。假使他失败了，他会立刻站起来，而抱了更大的决心，向前奋斗，至成功而后已。

普通人在事业上，一经失败，即是一败涂地，一蹶不振，然而那些有坚忍力的人，能够坚持的人，而不自知其在何时才算受挫的人，是不会一败涂地的。他们有失败，然而他们不以那个失败为最终的命运。每次失败之后，他们会以更大的决心，更多的勇气，站起前进，直至得到最后胜利而后已！

你曾经看见过一个，做事时不管情形怎样，总是不肯放弃，而在每次失败之后，会含笑起立，而以更大的决心，冲向前去的人吗?你曾经看见过一个不知失败为何物的人，一个像格兰德将军一样不自知其在何时才算受挫的人，一个要将“不能”、“不可能”等字眼，从他的字典中除去的人，任何困难、阻碍，不足以使他倾跌，任何灾祸、不幸、不足以使他灰心的人吗?假使你曾经看见过这样的一个人，你是曾经看见过一个伟大的人，一个人上之人了。

大胆、无畏，永远是成大事的人的特征。生来胆小，不敢冒险，而畏避困苦的人，自然一生只能做些小事了。

当你在事业上，有“向后转”的念头，这个时期，你最该注意。这是最危险的时间，最有关出入的关键！历史上的许多大事业，都是在大多数世人，都想要“向后转”的时候所成就的。

简直每个造福人群的科学发明，都是出于那些有极强坚忍力的人之手。霍乌(Elias Howe)在设法发明缝衣机的时期中所

尝的痛苦、贫穷与损失，恐怕能够忍受得下的，一万人中没有一人！世界上的一切大事的成就，都是假手于那些别人放弃，而自己还是坚持的人。注意着一人能够坚持，而在旁人笑他为不智时，还是坚持的人。他的前程，多半是“可畏”的！

许多人做事，都是有始无终；开始满腔热忱，但到了中途，往往会废然而返。就因为他们没有充分的坚忍力，足以使他们达到最终的目的。在满腔热识，意气豪迈的时候，做事是何等容易！所以开始做一件事，是不费力的。而我们也不能在开始做事的时候，估量一个人的真价值。我们不能在竞赛起步时的速率上评判人，我们应该在将达终点时的速率上评判人。

做一件事，能否不达目的不肯放手，这是测验一个人的品格的一种标准。坚持的力量是最难能的一种德性。许多人都肯随着大众面向前，而在情形顺利时，也肯努力奋斗。但是在大众都已退出，都已向后转，而自己觉得是在孤身作战时，要仍然坚持着不放手，这就很难能了。这是需要坚忍力，需要毅力的。

有人向一个纽约的商人，他的朋友，保荐一个少年。在他向他的友人举出了那个少年的种种优点后，商人这样的问：“他有耐性吗？这是最要紧的事。他能坚忍吗？”

是的！这是你的终生问句：“你有耐性吗？你有坚忍力吗？你能在失败之后，仍然坚持吗？你能不管任何阻碍，仍然前进吗？”

二二　中心意志

要水发出蒸气的力，必先把水烧到二百十二度的温度。二百度不成，二百一十度也不能办到。水一定要沸腾，才能发出蒸气，才能转动机器，才能推动火车。"温热"的水是不能推动任何东西的。

许多人都是想用了温热的水，或将沸未沸的水，去推动他们的生命火车。而同时却还要诧异着，为什么在事业上，自己总是不能向前突进，出人头地。

一个人态度的温热，对于他自己的事业工作所生的影响，与温热的水对于机车所生的影响相等。

所谓伟大有价值的生命者，一定是怀着一个可以主宰、统治、调遣其他一切意志、念头的中心意志的生命。没有这中心意志，人的"能力之水"是不会达到沸热的定点，生命的火车是不能向前突跃的。

凡是有着强有力的中心意志，一定是个积极的，有建设与创造的本领人，个个人都会向往一件事，希冀一件事，但真能做事，成事的，却只有那些怀着中心意志或意志坚强的人。

你是以怎样的态度，应付"困难"的？临着困难，你是疑迟、畏葸、厌恶、犹豫的吗？你是害怕困难的吗？你是怀着"试着看"的

狐疑态度的呢，还是抱着无畏的气概，坚毅的决心的？

怀着一个披荆斩棘，破釜沉舟，任何代价，任何牺牲，都要达到目标的坚毅的意志，这中间，是可以生出大力量来的。

有着坚强的中心意志的人，在社会中一定能够占得重要的位置，而为他人所信仰。他的言语行动，都可以表现出，他是有定见、有作为、有生命之目标，而又必求达到其目标的人。他的朝着目标前进，有如急矢之趋向靶心，在这样的一种意志之前，一切的阻碍都溶去了。

中心的意志，远大的目标，是青年人的生命上的有力的护卫，或保障。她能使青年人免掉种种试探引诱，而不至堕落入罪恶的渊薮中去。

在你看到有一个青年，用着斩钉截铁的态度，去进行他决定的计划，而丝毫不存着“假使”、“或者”、“然而”、“并且”等两可而半肯定的念头时，你可大胆的断定，他是不会堕落的，他是会成功的。

目标认清，意志的坚定，从这中间，是可以生出一种可以使人成功的力量来的。

假使一个人于某一日，在心中决定了一个新的中心意志。新的生命目标，则就从那一天起，他是一个新生的人，他的耳目所接触的四周，都已气象一新，昨天还在包围，阻碍他的种种恐惧、怀疑、不快的思想及罪恶的试探，现在是烟消雾散了。因为一个新的中心意志，已经把那些东西一起赶掉了。他的生命现在是统一而不是混乱，积极而不是消极，美而不是丑了。他一切的酣睡着的能力，现在是已经唤醒而准备动作了。

人生在世，有一件事必须做的，就是去尽力追求，实现所

有的理想。因为在这个努力里，是有着我们“自我表现”、“本领露曝”的机会，这种努力是我们将我们的生命发挥至于最好、最高、最完满的地步的大好机会。

假使一个人在一生中没有一个中心意志，最高目标，更不想去执行那意志，达到他目标，则他的生命多少是一个失败，纵使他为了其他外来的缘故，而肯在事业上努力。

要做大事必先精神集中，而这种精神集中，却只能于怀着一个中心意志，生命目标时可以办到。对于那些我们不感兴趣，不生热诚的事情，我们是不会精神集中的。

有些青年人很想在事业上发奋上进；但为了细故，往往会于一夕之间，抛掉事业。他们常常自己怀疑，究竟他们的现在的事业，与自己的性情是否适合。他们一遇挫折，就要灰心。一听到别人在别种事业上得到成功，就要生出羡慕，而要想自己也向那方面去试试。

假使一个青年对于他所从事的事业的态度，竟这样的游移，则你可断定，他还没有怀着一个中心意志，他的事业总还与他的天性不尽适合。否则，他的事业，既与他的中心意志相符，与他的天性相合，则他的事业就是他生命中的一部分，不能分离。他不能离开他的事业，如像麻疯病人不能离开其座位一样。所以每当青年人来同我商量，要不要变换其所从事的事业时，我总觉得他的可怜，觉得他的中心意志还没有树立起来，他的事业还与他的天性不相符合，否则，他是决不会如此的。

在心中决定一个中心意志，最高的生命理想或目标，而觉得不但希望，愿意，把它实现，并且觉得不能不实现，必须实

现而后已；不管实现是怎样费力，怎样费时，也仍然不会放弃追求，停止努力。——这是使我们的生命成为有价值与得到胜利的东西！

二三　生命之炸药

一颗潜水艇水雷弹，其力量之大，可以把巨舰炸成粉碎。但是普通的“击撞”，是不能使这水雷弹发出其可怖的炸力的。

孩子们可以把它玩弄终年，把它抛弃，把它拨弄，把它做种种玩意。弹壳或者会洞穿寻常屋舍的墙壁，而仍不爆发其巨大的炸力。必须把它放入巨口炮中，以巨大的压力，把它放射出去，遇到了一尺来厚的军舰上的钢板的阻挡，然后它可怖的能力，才能全部爆发出来。

每个人对于自己的最大的才能，最高的力量，总不能认识，除非大责任、大变故或生命中的大危难的试练，把它催唤出来。

在陇亩间，在制革工场中工作，转运木材，做店员，在镇市中做短工，这种种境遇，都不足以唤起格兰德（Grant）将军的酣睡着的“伟人性”；甚至连西点（West point）军官学校，连墨西哥战争都不能把它唤起，假使美国没有南北战争的爆发，则格兰德将军的名字，必然埋没无闻，必不能流传后世。

在格兰德将军的生命中，是有着大量之动力在。然而却需要南北战争的大“击撞”去把它炸发，寻常的境遇不能触发他的酣睡着的力量，不能燃起他的生命炸药。

耕田、砍木、做铁路员役，做测量员、做州议员、做律师，

甚至连做国会议员，这种种境遇，都无足以燃起林肯的生命火药，炸发林肯的生命动力。只有把国家危急存亡的重任放在他的眉头，这位美国有史以来最伟大的人物之生命炸药，这才爆发出来。

历史上有许多伟大的人物，除非到了除自己的勇气与耐心以外，一切都已丧失，到了大祸临头，驱使他们入于绝地，而不得不谋死里逃生的时候，决不能发挥他们的真面目。

伟人是在“需要”之学校中训练出来的！

他们之所以成为伟人，就因为他们是大量的困难之克胜者，大量危急情形之超越者。他们在克胜种种阻碍中，得到了力量。

许多的大商人，在大不幸，大恐慌没有使他们的产业，营业，扫地以尽，使他们的一切凭藉荡然无存以前，是不会发现他自己的真实力量。

许多男子女子，非到了认为可以帮助自己，达到成功的外力，已经失掉，非到了在他们的生命中所认为亲爱宝贵的东西，都已丧失的时候，决不会发现他自己的才能。我们的最高的力量，最大的可能性，蛰伏在我们生命的内层，必需大的事变，大的危难，才能把它唤出。

只有我们感觉到前无去路，后有追兵的时候，感觉到一切的外援都已绝望的时候，我们才能发掘出我们的全部内在力量。我们一天还能得到外援，即一天不能发现我们自己的力量。有多少青年男女，其日后之成功，都是受赐于当初的某种大不幸——父母亲戚的死亡，营业财产之丧失，或其他驱迫他不得不依赖自己，不得不用自己的拳头，去打出一条生路的别种大灾祸！

因不测的变故而被迫立上负重大责任的地位的青年，往往与一年半载之后，大反其以前的为人，他已经练出了为别人以前所梦想不到的坚强力量与品格。是“责任”造就了他！

责任是最足以发达我们的力量的东西。从来没有立上负责任的地位的人，决不能发达他的真力量。在终身处于附属，卑贱的位置，终身役于人的中间，所以很少见有伟大坚强之人物者，其一部分理由，就在于此。他们的力量，因为从来未为重大的责任所试练、所发达，所以他们为一世，总是个弱者。他们不必要用自己的思想。他们只须执行别人的命令。他们没有机会去学习着独当一面，去自己思想，自己动作。

创造，综合的力量，应付非常的力量，那从不断地集中自己的才智以去对付艰难的环境，寻出解决困难的方法中是所得来的力量,那可以使个人足以应付国家危急存亡的局面的力量，这种力量，只有在重大责任之下，久年的实地训练中所能练习出来。

有人以为，假使一个青年人生来有些大本领，则这种本领，迟早总会显露出来，这真是最错误的一种观念。本领虽有，可以显露出来，也可以不显露出来。这全视环境，全视足以唤醒志愿，足以唤醒力量的环境之有无。生来有大本领的人，未必是同时生来有大的志愿，大的自信力的人。

把重大的责任搁上一个人的肩头，驱使他入于绝境，则情势之要求，自能把这个人内在的全部力量发挥出来。这可以催唤出他的创造的智力，催唤出他的自恃、自信力及解决困难的

力量。假使在他生命中，有些做大人物做领袖的成分，“责任”可以把它催唤出来。所以，朋友，假使有重大的责任，搁上肩头，你当很高兴的欢迎它。它可以预言你的成功！

二四　敏捷的决断

世间最可怜的，就是那些遇事举棋不定，犹豫不决；遇事徬徨岐路，莫知所趋的人，就是那些自己没有主意，不能抉择，而唯人言是听的人。这种主意不定，自信不坚的人，不能得到别人的信任。

有些人简直是无可救药的狐疑寡断。他们不敢决定种种事件，因为他们不知道，这决定的结果究竟是好是坏，是吉是凶。他们恐怕，要是今天决定这样，或许明天会发现这个决定的错误，而至后悔无及，这些人，对于自己，完全失却自信。所以有比较重要的事物当前，他们总没有决断。有些人本领很强，人格很好，但是因为有了寡断的习惯，他们一生，也就给糟踏了。

决断敏捷的人，即使有错误，也不打紧，因为不管他错误的次数有多少，他在事业上的进行也总要比那胆小、狐疑、不敢冒险的人敏捷得多。站在河的此岸，呆立不动的人，永远不会渡登彼岸！

假使你有着寡断的习惯倾向，你应该立刻奋起扑灭这种恶魔，因为它是足以破坏你的种种生命机会的。假使事件当前，需要你的决定，则你当就在今天决定，不要留待明天。你当常常练习着去下敏捷而坚毅的决定。事无大小，不管是帽子颜色的

选择，或是服式样的决定，你总不应该犹豫。

在你要决定某一件事情以前，你固然应该将那件事情的各方面都看顾到。你固然应该将那件事郑重考虑。在你下断语以前，你固然应该运用你的全部常识与理智，为你的指导。但是在一经决定之后，你就当让那个决定成为最后的！不应再有所反顾，不应重新考虑。

练习敏捷，坚毅的决断，而至成为一种习惯，那时，你真要受惠无穷。那时，你不但对你自己而自信，而且也能得到他人的信任。在起先，你的决断，虽不免有错误，但是你所能从此中得到益处，却足以补偿你所受的损失而有余。

我认识一个人，他对于一切较为重要的事件，非至最后一瞬，无可奈何时，总不肯决定，对于一切事件，他都抱“等着再说”的态度。他写好了一封信，总不肯立刻把它封起来，发出去，因为他恐怕信中或者还有未妥的地方。有时，他会把已经封好，已经贴上邮资的信件撕开来，而重新加以修改。最可笑的，有时信件方才寄出，他会发电报给收信人，叫他将原信退回，不要拆开。所以他虽则本领很高，人格很好，但因为没有主意，没有决断，所以在事业场中，他绝不能得到别人的信任，凡是认识他的人，都为他这种弱点惋惜，不愿将任何重要的事情信托他。

另外我又认识一位妇人，也同样犯有无主意，无决断的毛病。假使她要购置某一件货物则她简直要跑遍城中所有出售那种货品的店铺。她要从这个店柜，跑到那个店柜，从此一部分跑到那一部分，从这个店铺跑到那一个店铺。她要把各件货物，放在店柜上，反复审视，反复比较，但仍然决定不了到底要买

哪一件。她连自己也不很知道，究竟哪一件货物才中她的意。假使她要买一顶帽子或一件衣服，她简直要把店铺中所有的帽子衣服都试戴、试穿过，并且诘问得要使店伙厌倦，但结果还是空手回来，买不成东西！

她所需要的衣帽，是要温暖的，但同时又不可过于温暖，或过于沉重。她所需要的衣帽，是那种晴雨咸宜，冬暖夏凉，水陆皆合，影戏馆，礼拜堂都配的衣帽。万一她竟然购就了一件货物，她仍然没有把握，究竟她是否买错了。她还是不能决定，究竟应否将货物退回更换。她购买一件东西，少有不更换至两三次以上，但结果还是不能完全使她满意。

这种主意的不坚定，对于一个人品格的锻炼上，是一个致命的打击。犯有此种弱点的人，从来不会是有毅力的人。这种弱点，可以破坏一个人对于自己的信赖，可以破坏他的评判力，并大有害于他的全部的精神能力。

你对于一切事，都应该有成竹在胸，而使你的决断，坚定、稳固得如像海底的水一样，情感意气的波浪所不能震荡，别人的批评意见及种种外界的侵袭所不能打动！

敏捷、坚毅、决断的力量，是一切力量中的力量，假使你一生没有敏捷、坚毅的决断的习惯或能力，则你的一生，将如一叶海中的飘荡的孤舟。你的生命之舟，将永远飘泊，永远不能傍岸。你的生命之舟，将时时刻刻，都在暴风猛浪的袭击中！

二五 忍耐的奇迹

当“智慧”已经失败，“天才”无能为力，“机智”与“手腕”已经败走，其他的各种能力都已束手无策，宣告绝望的时候，走来一个“忍耐”。由于其坚持之力，成功是得到了，不可想象的大事业是办就了，营业是做成了。

啊，意志的忍耐，能发出多么神奇的功效！不后退，不放弃，在别种能力都已屈服败走的时候，它还坚持着。甚至连“希望”离开了战场时，它也还能打许多胜仗呢。

在别人都已停止前进时，你仍然坚持，在别人都已失望放弃时，你仍然进行，这是需要相当的勇气的。使你得到比别人较高的位置，较大的薪资，使你做人上之人的，正是这种坚持。忍耐的能力，不以喜怒好恶改变其行动的能力。

忍耐的精神与态度，是许多商人得到成功的大关键。

推销生意时，不管对方的人怎样的傲慢无礼，总不会废然而返，这种商人，才能得到胜利。一次推销不成，两次、三次、四次，最后对方的人，不但要钦佩他的勇气与决心，并会感到他的忍耐与诚恳的精神而成全了他，照顾他的生意。

在商业界中，能做最多的生意，得最多的主顾，销最多的商品的，只是那种不灰心，能忍耐，不在回答中说出“不”字

来的人。那种有忍耐的精神，谦和的礼貌，足以使别人感觉得难拂其意，难却其情的人。

一受刺激就要不能忍耐的人，不会有大成就。

人们的天性，对于各商家推销员，总有些不欢迎，假使能够把他打发开，总想设法打发开。但在他们遇到了一个有忍耐精神，谦和态度的人，事情就不同了。他们知道，忍耐精神的推销员是不容易打发开的，他们往往为钦佩那个推销员的忍耐精神起见，承购了那推销员的商品。

有谦和、愉快、礼貌、诚恳的态度，而同时又加上忍耐的精神的人，是非常幸运的。

做我们所高兴做的事，做我们所喜欢的而感到热诚的事，这是很容易的，但是要全神贯注地去做那种不快的、讨厌的，为我们的内心所反对的，而同时又不得不去做的事，却是需要勇气需要耐性的。每天怀着坚强的心，稳健的步，怀着勇气与热诚，以去从事我们所不适宜，不想做，我们的内心所反抗，徒以义务所在，不得不干的事，年复一年地这样下去，真是需要英雄般的勇气与忍耐心的。

固执着认为丢脸的职位，使着全副的力量，全副的精神干去，勉强着自己，用愉快的心情去做自己内心不喜欢做的事，认定了一个大目标，不管它可喜或可厌，不管你高兴或不高兴，总是以全力赴之——这样的人，才能得到胜利。

订下了一个固定的目标，然后集中其全部的精力以去执行那目标。这种能力，最能获得他人的钦佩与尊敬。

你能一朝树立了有毅力、有决心、有忍耐的名誉，世界上总不会无你的地位。但是假使你显出一些意志不坚定，与不能

忍耐的态度，人家会明白，你是白铁，不是纯钢，他们要瞧不起你，你要失败。

没有不顾障碍而必须向前干去的勇气，与不折的忍耐精神，总不能成就大的事业。懦弱、意志不坚定，不能忍耐的人，不能得到他人的信任与钦佩。只有积极的，意志坚挚的人，才能得到人家的信任。而要是没有人家的信任，则事业之成功是很难预期的。

世界上不会无意志坚定的人的位置。人人都相信百折不回。能坚持，能忍耐的人，意志的忍耐能生出信用来。假使你能够不管情形如何，总坚持着你的意志，总能忍耐着，则你是已经具备了“成功”的第一个要素了。

二六　人格操守

林肯去世已经长久，然而他的声誉，益发光大增高，有如日月经天，江河行地。为什么？这是因为林肯生前，公正自持，廉洁自守，从来没有作贱过自己的人格，糟蹋过自己的名誉的缘故。在世界历史中，再找不出第二个人，其拥护正义的力量之伟大，对于世界文化影响的深切，可以比得上林肯这个人。“人格操守，是世界上最伟大的一种力量。”于林肯而证之。

青年人在开始进行事业时，假使能下一决心，将自己的人格操守当作事业上的资本，而做任何事，都求无背于人格，则他在日后，虽或不能得名得利，但总不致在事业上失败。反之，一个在中途失掉人格操守的人，却永不能成就真正伟大的事业。

人格操守是最可靠的事业上的资本，这一点，许多青年人总是见不到此。他们在事业上，每每着重于计巧、权术、诈谋、势力、凭藉等等，而忽视了诚实及品格。但是为什么有许多公司，愿意出大量的金钱，以去借用一个已经死去长久的人的名字（当作招牌）呢？岂不是因为在那人的名字中，是包含着力量，指示着人格，代表着信用吗？想着有些人的名字，在商业界中，其信用稳固与牢靠得如同磐石一样，就可明白人格的价值了。

青年人明明知道些事实，但还是想建筑其事业的基础于计巧，诈谋手段上，而不建筑在人格，信用的基地上，岂非大怪事？青年人之心劳咄咄，以欲置其事业于疏松不稳固的基地上，而不措之于信义，正直的磐石上，宁非愚不可及？

除了诚实，世界上别无可靠的东西。有不少人，因为离开了诚实，而终至于失败。在牢狱中，就充满了那些想要用诚实以外的方法，以冀求得便宜的人们。

成功的关键在正直、公平、诚实、信义，离开了这些，人必不能得到真成功。

每个人都应觉得，在自己的生命中，是有着宝贵的人格。这个人格，为非富贵之所能淫，贫贱之所能移，威武之所能屈；这个人格，为任何代价所不能购买去；甚至在必要时，宁可牺牲了自己的生命，以成全此人格！

一个人而能够知道尊重自己的人格，不把自己当作一件买卖品，而不肯为了薪水、金钱、势力、地位，以出卖自己的人格，降落自己的操守，则他一定能成为社会中重要而有力量的分子。

林肯做律师时，有人请他为一件诉讼案中理屈的一方面辩护。他回答说："我不能做这事。因为到了当庭陈词时，我的心中，一定会不住地这样想：'林肯！你是说谎者，你是说谎者！'我相信，那时我会忘形，而这样的高声说出来！"

一个人戴上了假面具，而从事不正的事业、职业，则他一定会常常受自己内心的嘲笑，而常常鄙弃自己。良心的谴责，或内心的羞惭，是很痛苦的。她能减损人的力量，汩没人的品格，而且是足以葬送一个人的自尊心、自信心的。

不管有多少大的利益，千万不可留恋于不正当的职业。假使你要从事这种事业，最终，你定会遭遇失败与不幸。做良心所不容许的事，是足以损害人格，与破坏各种精神机能的。

假使在上的人，要你做不正当的事，你可以明白的告诉他，你必须求可以将你的人格印在你所做的每一件事上，否则就不干！你不能将你的人格、你的操守、你的尊荣，出卖给任何不正的机关，或不诚实的人们。

你应该有这样的志向：世界上没有东西可以引诱你去做“人”所不应该做的事。你不愿为了金钱，而作贱你的人格与自尊，教育与能力，去为他人作种种不正当的工作！

不管你从事于何种职业、事业，你总应该尊重你的人格，保持你的操守，在你做一个律师、或一个医师、或一个商人、一个伙友、一个农夫、或一个议员、一个政治家时，不要忘记，你是在做一个“人”。最初，直到永远。

二七　机智与手腕

人们因缺乏机智，不能随机应变，而所造成的错误、失败，合全世界计之，其损失真不知有多少！因为缺少了这种名莫能名的，重要的品质，所谓“机智”或所谓“手腕”，有用的人才是半蹋了，至少是不能尽展其所长了。这是常见的事实。

到处我们可以看到，男男女女阻碍住自己的去路，做出种种足以丧失朋友、丧失顾客、丧失金钱的举动，就因为他们“机智”的这种品质，没有发达。商人失掉了主顾，律师失掉了事主，医师失掉了病人，主笔失掉了订阅者，教师失掉了位置，宣教师失掉了教徒对他的信仰，政治家失掉了人民对他的拥护。这一切，全都是为了缺乏机智，没有手腕。

不管一个人的才能怎样高强，要是他没有机智足以尽量运用，不能随机应变地去看事做事，则才能虽高，也无用处。

你或者曾受过高等教育，或者具有高深的专门技能，你或者在某几种特殊方面，是一个天才，然而你在世界上，不能得到地位，不能向前进。但是假使你是机智、有手腕的，则虽仅有小小的才能，也可使你腾达日上了。

“一个有机智、有手腕的人，不但能尽量利用其所知道的东西，并能善于利用他所不知道的东西。他的掩蔽自己的‘无

知’的巧妙手腕，可以得到人们比对于那些要想自炫渊博的腐儒得到的更多的信仰与钦佩。”

“机智”在各种营业上，是一件最紧要的东西，特别是对于商人，在一个千百家商店孜孜于出奇致胜，吸引顾客的城市中，经营商业，机智同手腕是必不可少的。

有一位著名的商人把“机智”为“成功要素”之首，其余三个条件，则为热诚，商业的知识，衣饰整洁。

我认识一个人，他的一生努力，简直为“缺乏机智”一事破坏殆尽。他从来不能同别人过得和谐。他似乎具备成为大人物，成为领袖的一切条件；然而他的不机智而惹人厌恶的行为，却阻挡住了他的事业与生命。他常要说不识时务的话，做不识时务的事，常在无意之中伤别人的感情，常常破坏他自己的工作的效能，因为他对于“机智”或“手腕”一字的意义，丝毫不能认识。

有些人简直绝对不能学习“机智”，因为他们的感觉太麻木，他们自己是厚脸皮，所以他们不能了解感觉敏锐的别人。

一个女人，有一次在夏间到乡间去避暑，作客于某友人家。回家后她写信给那友人说，她对于这次勾留，觉得很愉快，但是她的手却被蚊虫咬得苦极了，而且没有安舒的浴室，也实在感到不方便。好个愚蠢而不识相的女人！

马克·吐温（Mark Twain）说，“真实是非常宝贵的一件东西，所以我们应该谨慎地使用它。”的确，足以伤人感情的“真实”还是不说出来的好。

有机智有手腕的人，最容易交朋友，因为他们有一种吸引他人的方法。当他们初次遇见我们时，他们立刻会寻出，我们

所最感到兴趣的是什么事，然后就同我们谈着那些事。他们不会尽谈着关于他们自己的事。因为他们明白，最足以引起我们的兴趣的，无过于关于我们自己的事。反过来说，不机智的人，却总喜欢谈着那些只有他们自己感到兴趣，而客人，朋友所厌恶听的话。

许多人总是不肯试着去同自己所不喜欢的人相亲近，总是显出缺乏机智同手腕，假使有一个人具有足以嫌他们不快的些微习惯或怪僻性，他们就要不愿同他去交接，他们就要毫不迟疑地显出其憎恶。假使偶然他们同一个不能引起他们的兴趣的人混在一起，他们非凝起一副冷淡面孔，断绝一切交谈，即使得对方的人，感到十分的不安，不快。

常常勉强自己去同本来不愿意交接的人交接，亲近，这是最好的一种训练。久而久之，起先足以使我们讨厌的人，到后来也能引起我们对他的兴趣来。对于每个人，都能感到相当的兴趣。这件事，在一个聪明的人，不算作是一件难事。

一位著作家曾把构成“机智”的各种条件，很巧妙的开列如下：

“对于人类的性情，如恐惧，弱点，希望，倾向等等，宜有同情的认识；

“宜有易地以居，为他人设身处地的能力。”

“宜有抑止足以伤人感情的思想之发表的涵养。”

“宜有敏捷地鉴察事情利害之所在的能力，并宜有肯作必要之让步的涵养。”

“宜明白世人千万，主张千万，而自己的主张，不过是其中渺小的一个。”

“宜有真正的无诈的爱人精神，所以化仇敌为朋友的爱人精神。”

“宜明白在各种不同的环境之下，有各种特殊的情形。基于此种认识，故宜求自己之迁就情形，适应环境。”

“礼貌，愉快，诚恳态度。”

二八　怎样去吸引朋友

“唉！我真希望，能吸引些朋友；我真希望，我能成为一个受人欢迎，与为人所乐于亲近的人啊。”

天下正不知有多少因为生性怪僻，及没有吸引他人的能力的缘故，而至无缘享受友谊之乐，以至丧失了许多单纯的生命，落落不合的人，曾经发出这样的呼声！但是他们不知道，要实现这种愿望，——交结朋友——其道非难；不过实现之道，唯在于自己的努力，而不能借助于他人。

不管你一生中的环境怎样不顺利，遭遇怎样的坏，但你仍然是可以在你容止之间，显示出你的亲爱，和蔼，愉快的精神，而使得人们于不知不觉之间，会来亲近你。

人格优美，品格可爱的人，到处受人欢迎；他们到处能得到别人的扶助。所以他们虽然没有雄厚的资产，而其在事业上成功的机会，却较之那些虽有着资产，但是缺乏吸引力，与失却“人和”的人为多。

你可以将自己，化作一块磁石，而吸引你所愿意吸引的任何人物到你的身旁。只要你能在日常生活之间，处处表示出爱人与善意的精神，乐于助人，愿意假手的态度。一个只肯为自己打算盘的人，到处受人鄙弃。

假使你打算要多交些朋友，第一你须宽宏大量。举世都喜欢襟怀宽大的人。“大量”的人，是常能为人所乐于亲近的。

应该常去说着别人的好话；常去注意着别人的好处，不要留心着别人的坏处！

常常轻视他人，对于他们的行为，常常吹毛求疵，对于别人行为上的失检，常常冷嘲暗讽的人，这种人你该留意，他大致是危险的人物，而不很可靠的。

轻视与嫉忌他人的人的心胸是腐败，狭隘，不健全的。这种人从来不会看出与承认别人的好处。假使有某一个人，竟为众誉所归，而他的好处，竟无人可以否认时，心胸狭小的人，仍会用“不过”，“假使”等等的语调，去表示他对于那个受人景仰的人行为的怀疑，以冀减低那人的信誉。宽大健全的心胸，能看出他人的好处，比看出他人的坏处更快。反之，心胸狭窄的人，目光所及，都是过失，缺陷同丑恶。

吸引朋友的最好的方法，就在显示出你自己，对于别人的事很关心，很感到兴趣的。但你不能做作，你必须真的对别人关心，对别人感到兴趣，否则，人家是要发现你的虚伪的。

有许多人一生中吸引不到人，交不到朋友，就因为他们只肯顾着自己的事，只肯将自己灌注在自己的事务中，他们“独善其生”，所以久而久之，便失掉与外界的联络与同情了。

我认识一个人，他自己也不知道，为什么人人都不欢迎他。假使他去参加一处聚会，个个人见了他，都会退避三舍，所以在别人纵声谈笑，其乐也融融的时候，他一个人只是沉默的独处在室中的一隅。

假使他偶然混入一群人圈的中心，则好像他身上能发出一

种“离心力”似的，人们会立刻看看然后去之，使他立刻就恢复他的孤独，别处有宴会或集会，他很少被邀。他在社会上仿佛是一块冰条，没有热气，没有吸引力！这样的人很多，他不过是一个代表。

此人之所以不受人欢迎，在他自己看来，完全是一个哑谜。他本领很高，工作很能干。工作完毕时，他也很同他人亲近，但他从来不能如愿以偿。他很懊丧的发现，比他能力低下十倍的人，能到处受人欢迎，而他自己倒反而有人厌恶。

他不觉悟到，他的不受人欢迎的重要关键，就在他的自私心理，他总是为着自己打算盘：他绝不肯费些时间，抛掉了自己的事情，而去为他人打算。每次同人谈话时，他总要把话头拉上他自己的事上去。

一个人若老是冷淡，“顾自己”，与只打自己的算盘，他一辈子总吸引不到朋友。没有人愿意请教他。但一朝他对别人的事，能显出其关心，显出其感到兴趣，他立刻会具有一种“吸引力”。他同别人之间，以前是“相驱”的，现在是“相吸”了。假使他能常常为人设身处地、处处能为他人的利益而打算，则别人对他，自亦能报以相同之道了。

人生中的最大的事，不在赚钱，却在把他们内在的最高的力量，最美善的天性，充分发挥出来。这样，我们就成为有吸引力与受人欢迎的人了。

要想吸引得朋友，本身必须有种种的爱的品性。自私之小器，嫉忌，不乐成人之美，不喜闻人之誉的人，不能获得朋友，狗也不愿同这种人在一起！

贫苦的青年男女，往往要热羡那些有财有产，可以无须作

谋生之奋斗的富家子弟，但在实际上，在这种贫苦青年自己的人格中，往往可以有着一宗财富，一种比金钱更为可靠的财富——有着受人欢迎的品性，吸引朋友之能力。

要使自己成为受人欢迎，敬重，这种志愿，就其最高的意义言，等于要求得高贵的人格之志愿。有此种志愿的人，同时必有提高自己的人格之志愿！天下唯能表现其“最善之自我”者，为能被人亲爱。

二九　当事情不顺利时

当生命像柔歌般的流行，
那不难使人觉得欢欣。
但真有价值的人，
却是那能在一切逆境中含着笑的人。

一个能够在一切事情十分不顺利时笑着的人，要比一个一立上艰难的地位，勇气就要崩溃的人多占着许多便宜。一个能够在一切的事情与他相背时微笑的人，显明出他是胜利的胚子；因为这种样子，普通人是不能做到的。

有许多人往往不能达到在他们能力范围以内的成功的目的，就因为他们是那些败人事业的感情的俘虏。

忧郁、阴沉、颓废的人，在社会上占不到地位，没有人愿意同他混在一起。每个人见了他，都望望然去之。

我们不喜欢那些忧郁，阴沉的人，正像我们不喜欢给予我们以不调和的印象的图画一样。我们会本能地趋向于那些和蔼可亲，趣味盎然的人。我们要使人家喜欢我们，必先使我们自己做成和蔼可亲与乐于助人的人。

人不应该把他自己降为感情的奴隶。他不当把全盘的生命

计划，重要的生命问题，都去同感情商量。无论你周围的事情是怎样的不顺利，你当努力去支配你的环境，把你自己从不幸中救拔出来，你当背向黑暗，而面对光明，阴影自会遗在你的后面的！

大部分的人，都是自作孽的人；因为他们时时以颓丧的心情，不好的情感，来破坏，阻碍他们自己的生命之游戏。原来一切事情，全靠我们的勇气，全靠我们对自己有信仰，全靠我们自己抱着一个乐观的态度。然而一般人当事情不顺利时，当他们遇着一个不幸的日子，或痛苦的经验时，他们往往会一任颓丧、怀疑、恐惧、失望等思想捣乱，宰制他们的精神境界，而破坏他们多年经营的事来计划于一旦之间！这真像向上爬的井蛙，辛辛苦苦地向上爬，但是一失足下坠时，就前功尽弃了。

一切学问中之学问，就是怎样去肃清我们心中的敌人——平安，快乐和成功的敌人。时时学习着去集中我们的心意于美而不于丑，于真而不于伪，于和谐而不于混乱，于生而不于死，于健康而不于疾患，这是十分重要的一种功课。这不是容易的一件事，但总是可能的。你只要能养成一些正确精密的思想的习惯就够了。

假使你能绝对拒绝招待那些夺去你快乐的魔鬼，假使你能紧闭你的心扉，而不让他们闯进，假使你能明白，这些魔鬼的存在，只是你自己赋予他们的，则他们自然不会光顾你了。

努力养成一种愉快的修养！假使你本来没有这种修养，只要你能努力，不久你会具有这种美德的。

有一个神经系统疾病专家的医生告诉人家，他发明了一个治疗“忧郁”病的新方法。他劝告他的病人，在任何环境下，都

要笑着。强迫自己，无论心中喜欢不喜欢，都要笑着。“笑吧！”他对病人说，“连续着笑吧！不要停止她们的笑！最低限度，试着把你们的嘴角卷转。这样不停的笑时，看你感到怎样。”她就用这种方法治愈他的病人。

把最厉害的忧郁在数分钟之间驱出心境，在一个精神良好的人，是完全可能的。但多数人坏处就在不肯开放心门，让愉快、希望、乐观的阳光涌进，却紧闭心门想以内在的能力驱除黑暗，而不知道外面的一缕阳光之射入会立刻消除黑暗，与驱出那些只能在黑暗中生存的心中的魔鬼！

在你感觉到忧郁、失望时，你当努力从事于环境之变换。无论遭遇怎样，总不要反复的想到你的不幸，与想上那在日前使你痛苦的事情上去。想那些最愉快最欣喜的事情！抱一个最宽厚最亲爱的心情对待人！说那些最和霭最有趣的话！以最大的努力，去放射出快乐，欢喜于你的周围的人！这样，不久你会经验到一个神奇的精神向上。隐蔽你心田的黑影，将会逃走，而快乐的阳光，将照彻你的全生命！

应该养成一个不容许任何足以引起不快的感想，酸苦的回忆的思想，或暗示侵入你心中的习惯。因为那些思想暗示，对你有不良影响的。

试走进最有趣的社交圈中，而寻求些可以使人发笑，使你高兴的无邪的娱乐。这是一种精神的更新，这种精神的更新，有的人可以在同家中的孩子玩弄中寻出，有的在戏院中寻出，有的在有趣的对话中寻出，有的在埋头于一本有趣或激励的书本中寻出，有的在瞌睡中寻出。

乡野是一个很好的精神更新者与忧闷之治疗者。往往花一

小时的时光在阳光下的乡野散步,可以改变你的全部精神态度。

寻求着转变我们精神态度的最适当的种种方法，这会使你发现，你忧闷的毒室之被抵消，颓废的空气之被改变，简直可以使你惊异。而你也会感觉到如像做了一个新人一样。

三十　一失足成千古恨

当你在心境忧郁或意气颓丧的时候，你千万不可决定采取生命中的任何重要的步骤，千万不可下任何严重的决定，因为那种不改的心境，会使你的判断趋入歧途。

在一人精神感受大痛苦，大失望时，他所取的步骤，大都保顾目前的得解救，而不顾及日后最终结果的好坏。女子在遭着强度的失望或痛苦时，往往会降格迁就，决意嫁给她们所不真心爱着的男子，就是一个好例子。

有些人在事业上，遭着一时的重大的失败时，往往要不自振作，自甘陷入破产的境地。殊不知他们假使能够坚持努力下去，未始不能度过难关，而得到最后的胜利的。

人们在感受着强度的刺激及痛苦时，每要趋于自杀之途。虽则他们明明知道，所受的痛苦只是暂时，而以后必然的能解脱的，因为一个人在感受痛苦时，对于事物，很难下正确的透视，观照。在我们的精神或身体，遭着刑笞般的痛苦时，我们往往不能善用我们的理智判断，对于事物，不能作明晰的分析的。

在希望都已幻灭，周围十分黑暗，惨淡的环境下，要一个人仍然乐观，仍然善用理智，这原是很难的，但也唯在这样的环境中，我们才能显示出，究竟我们是哪一种人！

测验一个人的真才实力，最可靠的方法，就是看他在事业同他相背，命运同他作弄，而甚至他的至亲好友，都要劝他放手，笑他不识时务时，能否坚持着他的素志与事业。

有多少的青年著作家与艺术家，或从事别项事业的人，因为在事业上受一时的失望或刺激，而至抛弃所学，以从事别种与自己的天性不相近的职业，日后虽则发现自己的错误，但因恐受他人耻笑，或恐重踏第一次的覆辙，不敢再行变换，而至遗憾终身！

一个人最需要勇气、忍耐与坚毅的时候，无过于在他的事业，十分不顺利，"向后转"的观念，常常去引诱他，而甚至他的内心，也在嘲笑他的不智，而暗示他"向后转"的时候了。

有多少的乡间的少年，在就业城市中，一旦失望，就动了些乡愁，竟至跑回乡间！殊不知假使他们能够忍耐下去，他们一生的事业，会未可限量呢！

我知道有许多出国攻习音乐或艺术的青年男女，因为一时的沮丧或乡愁，竟至不待学成而回国，以贻日后以无边的追悔。

有不少习医的学生，起先满腹热诚，后来因为在解剖学，药物学上发生厌恶，在解剖室中看到了惨愁的景象，而感到不快，至中途辍学。也有不少习法律的人，起先满心想做一位律师，但后来读到法律上艰深，麻烦的部分，会一朝丧气，弃而不学，以为自己不是生来配作律师的。

有些少年，自少不曾离开过家庭，一旦离乡背井，负笈他乡，在思家念切，乡愁厉害的时候，每会不顾一切，辍学回家。事后他们总要对于自己当初的孟浪与软弱，生无穷之追悔。

他人放弃，自己还是坚持；他人后退，自己还是向前；眼

前没有光明，希望，自己还是努力奋斗——这种精神，是一切科学家、发明家及其他有大成就的人物的成功之原因。

我常常听得中年以上的人，发出这样的叹息："假使当初我能够贯彻始终，不移素志，而不在沮丧的时候，就放弃所从事的事业，恐怕我现在已是颇有成就了吧！我的生涯，要幸福多了吧！"有许多人都是壮志未酬，过度悔恨悲愁的一生，就因为在沮丧及懦弱的时候，他们在事业上是"向后转"了！

不管你前途怎样黑暗，心头怎样沉重，你总宜等到忧郁，沮丧的心情消灭了以后，才决定你的方针或步骤，在你心境不佳的时候，不管你痛苦的负担是怎样的沉重，你千万不要倒地！

要下重要的决定，须运用你的理智，你的正确的评判力，与你的健全，清楚的观照力。你不能在心境不佳的时候，决定你生命中的重要问题，或决定你生活上的"转折点。"你的生活，事业上的"转折点"应该在你心境平安，精神愉快的时候来决定。当颓丧失望充满我们的心情时，容易使我们的判断流入错觉。我曾经看见过有些拥有很多家产的人，在事情稍有不顺利时，即变卖他们的家产，变做出种种可笑的事来。因为他们以为要不是这样做，他们的事业，将陷入于悲境。实际上，这不过是庸人自扰耳。

在你智穷力尽，不知何去何从时，你很危险，因为那种时候，你所下的决策及思考，总是不健全的。当你在头脑冷静、心境恬静的时候，才去思考，决策，在心中充满着恐惧、怀疑及失望时，你不能有正确可靠的评判力。健全活泼的脑筋，不感烦恼的精神，才能生出健全的评判。在心情不佳时，所想到的

念头，千万不可照着实行。

执行你固有的计划，那在你头脑清醒时所决定的计划；在沮丧抑郁的时候，你的精神分散，而不能作强有力的集中。精神的恬静，平衡与镇静，是健全的思考的前提。

三一　欺骗与说谎

不久以前，某布帛商店中的经理语人，日前他店中正在忙着将整匹的布帛，剪成碎段。他说，只要在广告上大加宣传说，购买碎段的布帛是比按码计算的布帛怎样上算，怎样便宜，这种哄骗的暗示，一定可以使得人们乐于购买，因之可以坐收大利。但是试问，一朝顾客发现了此种哄骗以后，还有谁愿意再去光顾那商店呢？

许多人都相信欺骗，说慌，是一种有利的勾当。他们以为欺骗的手段是值得使的，所以许多声誉很好的商店，也往往要掩饰自己的商店的缺点，坏处，而登载各种欺人的广告。有些人甚至以为，在商业场中，欺骗的手段，简直与资本一物一样的为必需。他们相信，一方面要言行诚实，而同时想要在营业上得到大成功，这是很难能的，甚至是不可能的。

现代新闻界中有一种很不幸的景象，就是新闻纸常有离开事实、渲染事实、牵强事实、颠倒事实的倾向。其实一家新闻纸的名誉，正与一个人的名誉无异，一家新闻纸而常常有意地刊登不忠实而骗人的记载，则不久它必会蒙“造谣说谎者”的恶名，只有那些不肯离开事实，渲染事实的新闻纸，才是新闻界中的柱石。它在社会中所占的地位，要比那些虽则读者众多，

而却是不实的新闻纸高大得多。

不为利动，没有私心，而在任何情形之下，都是言行忠实——这种美誉，其价值比从欺骗中所得来的利益大过千倍。

没有健全的德性，不能绝对的忠实，社会中这种人很为危险。他们在平时也许是愿意站在正直的一方面的，但是一到自已的利害开头时，他们就要离开正直，就要不说正直话，不做正直事了。

他们也许不正面的说谎，欺骗；但他们往往会留着些应该说，而为一个诚实的人所必须说的话不说，但究其终极，则此种人的行为，究竟是得不偿失的。

他们不明白，在他们多得到一分金钱时，他们即是多损失了一分品格。他们的钱袋中固然是有所增益了，但他们的人格却是有所减少了！

而且，世间不知有多少不诚实的个人或机关，会在日后觉悟到，究竟欺骗的行为是不可靠的，是要失败的！所以即从利害一点上打算，诚实也是一种最好的政策呀！

翻阅着美国的商业历史，我们可以看出，在五十年以前营业广大的商店，在今日依然存在的真是寥若晨星。那些商店，在当时好像雨后春笋，气象蓬勃，登各种欺人的广告，做各种欺人的勾当，真是盛极一时。然而它们的寿命不能长久，因为他们缺少人格，信用。它们终究是不可靠的，一时虽能欺骗得售，但不久这种欺骗是要被发现的。那时它们就要冷落，衰微，而终至失败了。

天下没有一种广告，是可以比忠实不欺，言行可靠的这种美誉，这种活广告，更能取得他人的相信。

在一个言行诚实，而自觉有正义公理为之后盾，与一个欺骗说谎，而自知其为欺骗，说谎的人中间，其所能发出的力量的大小，真不知要相差多少呀！

一个言行诚实的人，因为自觉有正义公理为之后盾，所以能够无愧怍，无畏缩地面对世界。他有“自反而不缩，虽千万人，吾往矣！”的气概。而一个言行不诚实的人，却会在内心听到这种声音，“我是一个说谎者，我不是一个人，我是一个卑污者，一个戴假面具者。

说谎的人是人中的败类，是坠落的人！

一个人一离开了真实，他即是失其为人的资格，即是近于禽兽。

许多青年，为了取得一些小利小名起见，会赌掷自己的人格，自己的名誉，像在跑马场中赌博一样，这岂不是一种最可悲的现象吗？

一个人有着大宗的财产，然而他却到处为千夫所指戟，为万人笑。为出卖人格，出卖尊荣，出卖名誉，出卖一切有人格的人所认为价值的东西，——财产对他，复有何用处呢？

糟蹋自己的人格和名誉是值得的吗？百合花的洁白，着了污垢；玫瑰花失却了芬芳同美丽，还何贵于为百合，玫瑰！

一个人丧失了他内在的最高贵的东西，一个人失却了为人的资格，他又何贵于为人？

一个不诚实的人，会常常受内心的指摘，谴责。名，利，没有力量可以镇压住这种指摘与谴责。

三二　身心的康健

不良的康健对于个人，对于世界，所生的祸害的总量的多少，有谁能够计算得出呢？

康健是生命之源泉。失却了健康，则生趣索然，效率锐减，生命成为黑暗，惨愁，一切失却兴趣与热诚。能够有着一副健全的身体，健全的精神，而在此两者之间，存在着一个美满的平衡，这真是一种大幸福啊！

到处，我们可以看见，有作为、有知识，有天才的青年男女，为不良的身体所牵绊，而至终身不能酬其壮志。许多的人都过着不快乐的生活，因为他们自己觉得，在事业上，他们只能显出一小部分的真实力量；而大部分的力量，则因为身体不佳，将必然的对于自己，对于世界，归于乌有之乡了。

天下最大的失望，无过于有志而不能酬。感觉到自己有着大量的精神能力，而同时没有充分的体力为之后盾，为之利用，感觉自己有着凌云鹏搏的大志，而同时没有充分的力量足以实现之，这是人世间最悲惨的一件事情！

许多人之所以饱尝着“志未酬”，就因为他们没有懂得常去维持着最高度的身心的康健，常常去保持着身心的清新，壮健，庶几在事业上，能收最高度的效率的这一种必要性，与重要性。

保持身心的清新，壮健，这件事，是一切艺术中的艺术。

一个人专注在职务，工作上，而很少休息，游戏，甚至毫无休息游戏的头脑，其动作一定不能像一个常有休息、游戏的机会的头脑那样的自然，那样的有力。一个人整天埋首工作，而生活中毫无游戏的人，往往会在事业上早趋衰落，因为他是缺乏着多量的各种不同的精神刺激与食料。不时的变换，环境的更调，无论是对于劳心者或劳力者，都是十分有益的。到处，我们看见，人们年老而身心已老，对生活老早就觉得枯躁乏味，就因为他们工作太勤，游戏太少。“单调”是一个最大的活力之摧残者。

凡是成就大事业上的人，往往不是那些穷日穷年，埋头死做，而使你一见到他，就会看出他的应接不暇，觉得他的时间宝贵的人们。

我认识一个商人，他是某大公司的经理。他每天在办公室中，至多留二三小时，而有时竟会整月的出外旅行，悠游，以更新他的身心。他决意要常保其身心的清新，精壮；庶几能在事业上，收最高度的效率。他不愿在过度的工作中，摧残了自己的身心，弄弱了自己的力量，像许多人一样。

结果，他在事业上，得到大成功。他不在办公室则已，一进办公室，则事务立刻生龙活虎般进行。因为他身心健旺，所以他办事十分敏捷而有力。他的工作，进行得同数学一般的正确。所以他在三数小时内工作的成绩，要超过别人八九小时，甚至夜以继日的工作的结果。

一个生活谨慎的人，有着大量的生命力可以抵抗各种疾病，度过各种难关，应付各种打击。但是一个在平日把气力用尽，活

力用枯的人，却经不起严重的事变的打击。

“只工作而不游戏，使得杰克成为一个钝孩子。”这句话最为确切。人们有着强烈的游戏本能，这是事实，就显示出游戏一事，是该在我们的生活中占相当的位置的。现在许多雇主，都要强迫着雇员去作过多时间的工作，就因为他们还没有懂得游戏，使人的身心趋于健全，因之而可以增加工作效率的道理。

许多人似乎以为“自然”是很好说话，很可以行贿的。我们可以破坏一切康健法则，在一日中及二三日的工作，在一次宴会上进二三天的食品，我们可以用各种方式糟蹋我们的身心康健，然后请教医师，光顾药房，以为补救。

我们多数人的生活，都往来循行在两极端中——糟蹋身体，医活身体！——结果是：胃纳不良，精力衰微，神经衰弱，失眠，精神抑郁不宁！

不良的身体，衰弱的精神，正不知造成了天下的多少悲剧，破毁了天下多少的家室！

身体同精神是息息相关的。一个有一分天才的体强者的成就，可以超过一个有十分天才的体弱者的成就。

我们需要一个康健而精强的身心。这是可以做到的。只要我们能够过一种有节制，有秩序的生活。

三三 爱美的投资

一个人从生活的早期起，就去培养生命中的优美的性格，发达高等的情操；高尚的鉴赏力，总括一句话，去培养成爱美的习惯。这中间日后正不知能涌现出多少的快意与甘美啊！

世界上没有别一种投资，是比培养的鉴赏这一事来得更上算，更值得了。因为它能将永恒的喜悦，带进人的全生命，而将人的生命染成彩虹一般的美丽，它不但能增加人的快乐的容量，并且能增高人的品格。

人的品格的造成，大部分是有赖于耳目之助的。所以在自然界中千百种的声响，如像鸟鸣虫语声，溪水潺潺声，微风拂打树叶声的听取；在天空中地球上，在汪洋中，森林里，在高山峻岭上，在原野里的万千种颜色的看取——这在造成“真正的人”的一点上，其重要与学校教育相等。假使你不能借助你的耳目去尽量摄取外界的美的东西，以兴奋，发达你爱美的机能，你的生命将会是枯躁无味的。

爱美一事，有净化、滋润、加丰人的生命的力量。而这种力量，别的东西都是不具备的。一个自小生长于只知崇拜金钱，而不懂得爱美的价值的环境中的孩子，一个自小受着错误的教育，以为人生最要紧的事不是高贵的品格，高尚的情操，不是美的鉴

赏，而是多量的金钱、房屋与地产的孩子，真是绝大的不幸啊！

所谓完满甘美的生命，一定是为爱美的习惯所点缀，所滋润，所丰富的生命。对于美而不能领略，站在一幅美丽的名画之前，看到落日斜晖，红霞返照的奇景，或者其他自然界中的美景，而心灵不觉得震撼的这种人，他的“人”的组织，“人”的条件，还有一个大欠缺。在维持人们生命的平衡这点上，爱美一事是很为重要的。外界的人或物，对于我们的生命、品格，至有影响，普通的人或物，对于我们的影响，也许是微细的，不深入的，因为我们可以常常看见这些人与物，所以他们变成我们的平常经验，因之而不能引起我们意识的多大注意。但是在看到一幅美的图画，一抹美的斜阳，每个美的面容，美的形色，每朵美的花朵时，无论何时，总能无形中提高增进我们的品格。使自己的心灵，对于“美”有敏捷的反应这是一件十分紧要的事。“美”是生活之更新者，元气之恢复，康健之促进者，甚至可以说是生机之给予者。

无论我们从事何种职业，我们都当下一决心，不要为了银元一物，而抛弃或摧残了我们生命中的最高贵，最优美的成分。我们应该利用种种机会，灌注“美”于我们的生命中。

你能够爱好美的东西，则你的生命中自然能含有美的成分。美的思想，美的理想会显露于你的形容行止之间，不论从事于何种职业，只要你能爱美，你的生命，一定会被净化、被提高，被加丰。你可以成为艺术家，而不仅做一个艺匠。

现代的父母，似乎没有尽力发达子女的爱美的能力与习惯吧。他们不懂得，在感受力极强的少年时期，家庭一切东西，甚至壁上的每张字画，都能影响到子女品格之生长。所以他们应

该寻出种种的机会，去使子女看美的艺术家，听美的音乐，并且常选些著名作家的高尚诗歌，有益的词章，读给子女听，同时也应使子女练习诵读。这样就能充满子女的心灵以美的思想。

所谓最高级之美，并不仅仅是皮相的，而主要的乃是指我们生命中的内在之美。即使是面貌奇丑的人，也可以使他或她自己的生命变成美丽，只要心中常怀着美的思想——不是外表的，形相的美，而是心的美，如像慈仁，宽厚的精神，愉快的态度。

培养一个人的爱美的情操与能力，其重要与培养所谓“智力”者相等。将来会有这样的时候到来，无论是家庭或学校，都要教儿童把“美”认作生命中之最宝贵最要紧的东西，而把它当作最神圣的教育工具。

世界上更没有第二种投资的盈利之丰，可以比得上培养优美的“自我”，发展爱好美丽，崇高的东西的习惯这件事。

曾经受过相当的爱美教育的人是幸运的，因为他有一宗在任何情形下都不被他人夺去之忧的遗产——美。而这宗遗产，只要人们在早年起，即肯稍加努力，是人人可以取得的。

三四 聪明的经济

人们请求经济，有时究其实，往往是反而不合于经济的。铢缁必较，爱财如命，这算不得真经济。

我认识一位富人，他在年青时就养成了过度讲求经济的习惯，到了后来，他竟不能将这习惯改掉。他往往为了节省一角钱而费去价值一元钱的时间。

这个人往往要把写剩的半页空白信笺撕下，把信封翻转，以当作草稿纸之用。他常常要费去了许多的宝贵时间，以去节省一些小费，他所费去的时间的价值，与他所节省得的利益，完全不相比称。他在业务上，也带有这种吝啬的经济精神。他教他的雇员，无论如何，在包捆货物时，总须节省些绳索。虽则在实际上，所费的时间的价值，要超过于绳索的价值一倍。他每要做出种种此类的愚不可及的经济手段来。

能够对于"经济"的真意义，有充分的认识的，其人很少。经济的真意义并不是吝啬，并不是一毛不拔。真经济的意义，有时是指大量的用钱，只要用得其当。

真的经济，聪明的经济，与那吝啬的经济，那费去价值一元的时间，以却节省一角钱式的经济，其间是有着很大的差异的。

我从来没有看见过过度看重小利，而铢缁必较的人，能够成功大事。

小来小往的时代已成过去，吝啬的经济是不适于时代了。时至今日，大来大往，做大事，须有大气魄。只有气量大，眼光远，评判力健全的人，才能在事业上成功。做大事是要用大手段的。

所谓经济，自其最广义言，须含有远大的眼光，健全的评判两种原素。所以真能懂得经济的人，有时应该十分大量的使用金钱，因为用去了百元之数，或许能够得到千元之数的报酬的。

大量的花钱在足以助我们达到成功的地方，大量的花钱在足以使我们得到他人的良好的印像，足以助我们上升，上进的地方，比之金钱存储入银行更为值得。立志要想做些事业的人，必须把眼光放得远大些，不要着眼在小的地方，因之而损失了更大的利益，牺牲了更大的机会。

节省的习惯，行之过度，则不但无益，而且有害。一个商人而想在正当的业务开支上讲经济，其为不智，与一个农夫想在谷种上讲经济相等。“播种不多，收获亦不多。”

我认识一个人，他就因为在衣饰及别种地方太讲求经济的缘故，而失掉许多进取的机会，而使得营业大受折扣。他的一套衣服，一条领带，非至十分破旧，决不肯换掉，因之很受他人的轻视。他从来不肯请他的顾客，或可能的顾客吃一顿饭，也从来不想替他们付之一次车资。（要是偶而同车的话。）他这样的吝啬，这样的一毛不拔，所以人家很不愿意同他交易。错误的经济，使这个人大大吃亏。

有些人为要节省些小钱，不肯把适当的食料供给自己，因之而使得身体健康，大受损害。你假使有志做些事业，你必须避免这种不经济的经济。因为要节省，而供给你自己以不良的食料，其为不智，与一个厂主，因为好煤的价格高昂，因之而只烧些劣等的煤，以转动机器无异。不管你怎样穷，总不可在食料方面节省，你可以在别的地方讲经济，但千万不要在食料的质量两方面亏负你的身体与头脑。

人们在身体精神不佳的时候，不能进行重大的业务。只有在体力强旺，脑筋清晰的时候，办事才有高度的效率。所以为了要维持健康起见，而多花些钱，不单在身体的健康及安宁方面，即从金钱方面言，也是上算的。

人们许多宝贵的生活力与精力，都因为存在似是而非的经济观念而耗费去的。人们在患了虽似轻微，但总须就医的疾病时，往往为了舍不得钱，月复一月，年复一年的迁延下去，不想就医。结果，为小失大；不但在身体上，在这个时期中，要受许多“不必要”的痛苦，而且在业务上，他的工作效率也受影响。

凡是足以阻碍我们生命前进的，我们应该不惜任何代价，设法补救，移去。

应该将“力量”、“效率”悬为我们的目标、准则。凡足以增加我们的力量、效率、足以增强我们的脑力、体力的，不管代价怎样高，总是值得的。在足以使你成功，足以使你成为更广大，更能干的人的这些地方，你当不惜大量的使用金钱！

三五　精神化学家

凡是真正伟大的人，他能统治他的精神国土，主宰他的种种情感。他有充分的精神化学的知识，知道怎样去用相反的思想克灭各种忧闷、罪恶、恶毒的思想，像化学家的用盐碱类的东西去克灭浸蚀他的皮肉酸类一样。

不懂化学的人，或者要用别一种酸类，因之而使他的皮肉浸蚀得更深。但化学家却知道什么是酸类的抵消品，而立刻除去它的侵蚀作用。

同样，精神化学家知道怎样去用愉快思想抵消失望、颓废等思想的侵蚀力。他知道乐观的思想会宣告悲观思想的死刑，和谐可以消除混乱，健全思想可以克灭病态思想；他知道，爱的思想可以杀死憎恶、嫉忌、报复等思想。他不会感受精神上的痛苦，因为他随身备有精神药剂。只要他一经施用药剂，不好的思想的侵蚀力是立刻可以消灭的。

我们许多人往往因为不懂精神化学而心胸染毒。我们的精神时常受毒，而又不知何以防御，但在将来，聪明的人必能知道怎样去用对症的药品医治精神毒。我们将发现，用相反思想去抵消种种不好的思想，是与开放了冷水管去消灭沸水的热度一般的容易。我们将能决定我们思想的温度，像决定水的温度

一样，假使水太热，我们可以开冷水管；假使我们的头脑为了动怒而发热，我们可以开放爱的思想，和平的思想，怒气的热度自然会全消了。

在爱的面前，憎是一刻不能生存的。宽恕的道理会杀死嫉忌与报复的心理，它们是不能同时存在的。

大都人的不幸，就在一味想驱逐心中的“不好”，而不知去用“好”克灭“不好”。他们想赶走心中的憎，但不知求助有它的抵消剂。

那是错误的。我们不能赶走室中黑暗，我们只须把光线放进去，黑暗自然会逃走的！

许多人都以为，人的思想只能影响及于人的脑。其实事情不是那样简单，生理学家已经在盲目的指尖上发现有那灰色的脑质。盲目者的能够辨别织品、钱币，甚至各种颜色及影子，这些都显示出思想的作用是不限于脑部的。我们全身各部分，都是有思想之作用的。

人类的身体完全是由细胞组成的。人体不过是一大群的十二种不同的细胞——脑细胞、骨细胞、筋骨细胞等等的组合而已。人身的极顶的健康，系于每个细胞的绝对完整。

人体中的亿万细胞都为亲和力所密切的连系着。凡足以损害或扶助一个细胞的，也足以损害或扶助全体细胞，所以一个人思想的性质，可以使全体细胞受害或得益。

已经有试验显示出来一切不良的思想都可以损害细胞的生命，有时一度发脚气之后，竟须数星期的工夫，才能使受损害的神经系统恢复其完整。无数的试验的结果告诉我们，一切健全、愉快、向上、乐趣、积极的思想，可以改善全身的细胞生

命。这些思想，对于细胞生命，有创造的功用；与之相反的思想，则有破坏的功用。

格直（E. C. Gates）教授的试验证实出来，凡是贪恨，恶毒，颓废的情绪，会在人的身体系统中，产生出有损害性的化学混合品。凡是和善、爽乐的情绪，却能产生有滋养价值的化合品，而与奋起细胞去制造“能力”。

“每个坏的情绪，”这位教授说，“都能在人的身体组织中，生出一个相应的不良的化学变化。每个好的情绪，则能引出一个促进生命的变化。每种思想都能使胸部细胞的结构发生一度变化。这些变化有时是有永久性的”。

正像化学的方法可以移去一切水中的污秽不洁，人是可以用正直的思想而除净心中的任何污秽，恶毒的思想的。

记着，一切不健全的情感，矛盾脆弱的思想，都是心的受毒的症候。但你们有治心的对症药剂——相反的思想。矛盾的药品就是和谐。你们不必请医生，你们有你们自己的药方。一旦你们学得了精神化合的秘诀，你们就能随时停止每种心的症候的发现。

假使能够将各种正直，美丽，有益的思想长留在心头，这些思想是会自己繁荣起来，而净化一个人的理想，提高一个人的生命的。

凡是早岁就能学得科学的精神培植法的，学得精神化学的技术的，他是幸运的，因为他能战胜支配他的任何环境。

三六　不要烦闷

没有人的智慧，能够估计得清楚烦闷一事所造成的人类的灾祸与损失的总量。它使天才流入凡庸，它之能造成人的失败，与破灭人的希望，比什么东西都更多。

工作不能置人于死，但烦闷一事，却能杀死大批的人。做任何工，临任何事，都不会使我们有损害；能够真地损害我们的，就是我们自己临事，做工时的心理作用——在未临事，未做工之前，先已在脑海中顾念着，畏恶着；而预感到临那事，做那工时的种种不快意。

一个把大量的神经精力，耗费在无谓的烦闷上的人，不能尽量地发挥他固有的能力，像平常人一样。世界上能够摧残人的活力，阻碍人的志向、减低人的能力的东西，无过于烦闷这一件事。它能败坏人的康健，摧残人的精力，损害人的创造力量，因之而使许多可以有大作为的人，凡庸以殁世。

你可曾听得，人们从烦闷中，能够得到丝毫的好处吗？它可曾有过一次，帮助过任何人，以改善其生活吗？岂不是这个恶魔，随时随地，都在损害人们康健，都在摧残人们的活力、减少人们的效率，以使人们的生活，陷入于不幸中吗？

假使有一个店主，明知在自己的商店中，有一个不忠实的

伙友，天天都要在店中偷窃去些东西，但仍然将他保留在自己的店中，年复一年，不加斥革，则我们对他，将有何感想？然而我们人类，却往往在我们的精神商店中保留着一个比只能偷钱，偷物的窃贼坏得多的窃贼，一个盗窃去我们最宝贵的精神、活力以及一切生命的机会与幸福的窃贼，而不予驱除，岂非大怪事！

野蛮的土人在宗教礼拜中，往往用种种残酷的方法，残害自己的身体，当作虔敬表示。对于这种土人，我们不是觉得其为可怜可笑吗？然而我们自己也并不高明。我们往往用种种精神的刑具来残害自己。我们常常怀着各种无边的杞忧，与不祥的预感，而度我们的一生于忧前，忧后，忧左，忧右中。

烦闷能摧残人的活力，消磨人的精神，所以能够很厉害的影响到人的工作。一个人在心绪不宁的时候所作的工自然不能得到最高的效率。人的各种精神机能，一定要在丝毫不受牵制的时候，才能发挥其最高的能力。困于烦闷的头脑，其所思想，往往不清楚，不敏捷，不合逻辑。在脑细胞受烦闷的毒害的时候，脑部有思考力，自然不能像毫无片云之蔽的时候的集中。

脑细胞是时常为血液所冲洗的；而就从血液中，摄取其养分。所以假使血液中常常载满了恐惧、烦恼、愤恨、嫉忌等思想的毒素时，这些脑细胞的“原形质”便会受到损害。

妇女们特别易于烦恼。她们每天费于处理家常事务的精力，远不如费于对于子女的无谓操心与懊脑，以及其他的无谓精神紧张上为多。一到日暮，她们每觉得神疲力极，然而她们不曾觉悟到，这是她们浪费大部分的精神于无谓的心理的不安宁的缘故。

人类之肯容许着种种无谓的烦闷，忧虑，来磨榨尽人的青春生命，使人未到中年，即现老相，岂非是天下的大怪事吗？看着许多三十妙龄的妇女，面部已有皱纹的出现。你以为这是由于她们过度的劳苦操作，或者真的遭遇重大的不幸吗？不是的！促成她们衰老的，是她们自己的多愁善感的脾气，容易烦闷的习惯。

"忧能使人老。"烦闷是在人们的脸上，刻划出皱纹的残酷的刀锯！我曾经遇过一个人，为了重大的烦闷，于三数星期之间，形容一变，使我像看见了两个前后不相同的人一样。

妇女们往往要用电气，药品，或手术挽救红颜的早老。这真是愚不可及。使她们衰老的，只是烦闷。医治衰老的药品只有一种，而这种药品，只在自己的心中可以寻出——天君泰然的态度，不烦闷的习惯。

驱除烦闷的最好方法，就是常常怀着一种愉快的态度，而不要去看那生活的不幸与丑恶的各方面。

维持身体的康健，也是矫正烦闷的习惯的重要条件。良好的胃口，酣适的睡眠，清爽的神智，都是可以减少烦闷的东西。在变态的情形下，烦闷才会滋生。体强力健的人，为烦闷所乘之隙比较的少。但是在活力低微，体质衰弱的人的生命中，烦闷最能立足、滋长。

当你一觉察到有恐惧、烦闷的思想侵入你的心中，你须立刻充满你的心中以种种希望、自信、勇健，愉快的思想。不要坐视这些剥夺你幸福的敌人，在你心中盘踞起来！立刻把那群魔鬼，驱逐出她的心胸！

医治烦闷病，你无须访医生，入药房。你可以自己治疗。你

只要把希望的思想替代失望，乐观的思想替代悲观，镇定替代不安宁，愉快替代烦闷就够了。相反的思想是不能并存的，两者是相互克杀的。

三七　“大内在”

你可明了，在你的生命中，有着种种的力量。这些力量，只要你能发现，你能利用，是可以使你成就你所想望的一切东西的。

人们身体中的亿万细胞中，尽有着巨量的潜力，这种潜力，只要能被唤起，可以做出种种神奇的事来。然而大部分人，都是不能明了这点。病人在病势垂危，生命呼吸的时候，听了医师或至亲好友的热烈恳切的一席安慰话，会起死回生。这在医药界中，实属屡见不鲜的事。但病症因以为必不能痊痛，必无生望的信念，却可以摧残破坏身体中的抵抗疾病的力量，循至无力足以阻遏病势的猖獗，只有在病人失掉了自信，而存着心死之信念时，疾病才能致命。

同理，世界上有无数凡庸的人，在今日似乎无力足以自活，然而在他们的生命内层中也是隐藏着小量的潜力，而只要能够唤醒，是可以使我们成就伟大，神奇的事业的。

假使人们明白了在我们的生命中间，原是锁藏巨量的能力的，则一个无用的懦夫，在遭遇火警，或别种灾祸时，能够于一瞬之间，突然变成一个英雄的这种事实，就不足为奇，不难索解了。英雄一向是英雄，灾祸不过将这英雄显示出来而已！

没有人能够意想到，在重大，急切的事变，突然降临在我们的生命中时，我们能做出怎样神奇的事情来。

我曾经看见过一个气力平常的人，在受催眠的时候，把头，脚分搁在两把椅子的边沿，在他空悬仰卧着的一段身体上，立上半打以上的肥胖的人体。有时候，在他的身上，可以放上一匹壮马。这些都简直是奇迹。因为一个体力平常的人，在身体仰卧空悬时，决不能支着千磅之重的马匹，与半打以上的人体，正像没有飞机，人决不能在空中飞翔一样。这个人自己也决不会相信他能做出这种事来。然而在催眠家强烈的暗示之下，说他能够这样做的，他就很容易的做到了。

使这个受催眠的人，做出这种奇事的力量，是从哪里来的？当然不会是从施催眠术者身上得来的。施催眠术者，不过是将受催眠者生命中的力量唤将出来而已。这种力量是内发的，不是外来所表现这种力量，就潜伏在他本人的生命中。

做成神奇不朽的事迹的力量，是从这个“大内在”中来的。在这“大内在”中间，是有着一种永远不病，永远不倦，永远不错误的东西。这个“大内在”是在我们的生命中，然而却不属于我们，因为我们不能发现利用它。一切的真、善、美，都居留在这“大内在”中。这里是美景与公道的住家。这里是精神之美栖寄所。这里是居留着“不可思议的平安”与“超越天地的光明”之所。

在每个人的生命中，总有着一种永远不坠落，永远不腐败，永远不沾污的东西，一种永远真实，永远清洁的东西，换一句话，就是一种神性。这种神性，假使能被唤起，可以在最卑污，腐败的人的生命中，起一种发酵净化的作用，而恢复他的本相，

与失掉的“良知”。等到他恢复了“良知”以后，他一定要做正直的事，因为公义、正直、诚实，原是每个人固有的良知。

在有的时候，我们可以有机会窥见我们的“大内在”。有时，或者我们最亲爱的人死去了，这种创痛的经验，可以劈开我们生命的一条裂缝，而使我们望见了我们内在的一种为我们以前所梦想不到的力量。有时，或者我们读了一本鼓励的书，或者听了朋友的激励的话，这都可以使我们有机会发现我们的真自我。总之，无论是怎样，在我们一朝望见，觉得了我们的“大内在”以后，我们的做人，一定会大异于从前。

在一个人感觉到在自己的生命中，是含涵着真实、公义的大道时，他会明白，即使全世界都要反对他，他还是要胜利。“自反而不缩，虽千万人，吾往矣！”

林肯之所以成为伟人，理由正在于此。林肯之伟大，不在于他的头脑的了不得，而在于他血肉之躯后面的“大道”。使林肯成为伟人的，是在他生命中的“真实”与“公义”。

假使一个人，能够同他内在的神性，那永不死亡，永不疾病，永不犯罪的神性维持和谐，他能得到最大的生命效率，最高的人生幸福。

将来的医师会教病人知道，在人的身体中，是有一种创造的作用，永远在进行。这种创造的力量，不但创造他的生命，并且能造更新的生命，恢复他的生命。譬如像一个人在受创或折骨了以后，他内部的医治作用立刻开始；而只要他的心理作用，精神态度，不妨碍他身体内部的医治，创造的作用，则医治的过程，是会很快的完成的。

创造我们身体的力量，即是在每夜睡眠中，改造、更新我

们身体的力量。我们身体细胞的新陈代谢，即由这种力量所造成。

许多人，为人一世从没有深钻入自己的意识内层，以掘自己生命的大活泉；所以他们的生命是枯燥，渺小不生产的。但假使我们深掘入我们的“大内在”，则我们将发现生命之大活泉。这种活泉，我们一度啜返，即永远不致再觉口渴，再感欠缺；因为在那时候，“宇宙万物，皆备于我矣！”

在一个人投身入于“无穷”的怀中，而生活于“丰盛”的中间时，他的生命，不会是渺小，卑微的！

三八 神经过敏者

最近的报纸上，记载着一件最惨愁的悲剧，它的标题是“为神经过敏驱上自杀之路”。

悲剧的主人是一位年轻的女子，她是自小生长在一个富裕而幸福的家庭中的。后来老父见背，家道中落，于是她不得不投身工作，挣取面包，以养活自己，同时也供养她的年迈的母亲。她在纽约的某公司中，谋得了一个速记员的位置，而的确曾经同“命运”作过一度殊死的奋战。

但这位娇生惯养的小姐是生性高傲而且神经过敏的。她的褴褛的衣衫，很能惹人注目，所以她每同一般衣饰入时的女同事在一起时，总以为她们是在轻视自己，于是总要局促不安，退避三舍了。

有一天，一个没头脑的粗鄙的男同事，偶然问她为什么不积下些金钱，去购置几套入时的衣服，她痛苦得如像受了针刺，不能自恃地哭了。自此以后，她的神经过敏，益发增加强度了。她将自己的全身的穿戴，从头至足，一一的同别的女同事比较起来。结果她想前想后，愈加自伤身世。她觉得，她再不能愉活世间，忍受此种痛苦了。于是在有一天，她买了一瓶石炭酸，而终结了她的一生！

世间像这女子一样神经过敏的人很多。她们的神经过于敏锐，如像含羞草一样，一经外物触着，立刻会将叶子卷起。对于这些人，你须十二万分留心，才能免于触犯他们。些微的失检，会立刻伤他们的心，他们之感受些微的刺激，要比别人感受到的大耻辱更为尖锐。

在家庭生活中，我们常常可以看到，因神经过敏而造成种种不幸的事实：在家庭中，父子、兄弟、姊妹、夫妇间的不经意的谈话，往往会引起神经过敏的家庭分子的无谓的疑惧与痛苦，而致造成家庭中的不欢。

世间有许多人，都是为了这种弱点，而至不能得到职位。即使得到，也不能保持长久。有许多有本领的人，都因为神经过敏，多疑心，不能容忍，遂至一生事业，都给糟蹋尽了。

有许多有本领的宣教师，每因神经过敏，遂至不能久安于位。从他们的幻觉的眼光中看来，仿佛时时刻刻总有人在说着自己的坏话，在中伤自己。

学校教师也很多因神经过敏而感受痛苦。学校当局，学生家长的些微的评语，与道听途说的别人的闲话，使他们听见了，认为人们准是在攻击，排除自己了。

文人同著作家也往往是神经过敏的。我心中常常怀念有一位主笔，因为神经过敏，多疑心，所以简直不能做任何杂志或报纸的编辑。外界有一丝的不满意的评论，会立刻使他动气。甚至善意的建议，他也会当作个人的侮辱。他的这种坏脾气，大大地减少别人对于他的好感。

神经过敏的人，总觉得自己不论做什么事，说什么话，到什么地方，总有人在注意着自己，自己总是成为他人注意的焦

点。他总幻想着，有人在刻刻批评他的行动，分析他的行动。总以为有人在为难他，其实别人也许丝毫没有这种意思。他不醒悟到，人各有事，人家忙着自己的正经事，尚且应接不暇，哪里会有闲功夫，去管旁人的闲事！

大多数的人，纵使脾气与举动粗暴，但内心总是良善的。他们对于侪辈的人，只有乐于援助，决不致存心为难，决不致存心处处吹毛求疵。在这忙碌的事务世界中，予取来去，忙得喘不过气来，所以要想赶上这忙碌，复杂的世界，必先把神经过敏这一种毛病革除。否则，你唯有终身陷入失败与不幸的境地。

有许多青年人，志愿不能达到，好梦不能实现，就因为他们不敢冲入世界中，而在人丛中拥挤。他们的过敏的神经，使得他们成为懦夫。

要戒除神经过敏这种毛病，颇非易事。患有这毛病的人，一定要下坚毅的决心，去戒除此种毛病，像戒除说谎、偷盗、醇饮的恶习，或别种可以阻他不得成为“完人”的恶德一样，才能有希望把它戒绝。

“怎样做去，我才能戒除这种毛病？”有一个神经过敏的人这样的问我。我的回答是“少想着自己，多想着别人，常常同别人亲近，常常注意看你以外的一切事；别人说你的话，不要常常放在心头，多所推测，因之而无事化有事，小事化大事。不要太看轻别人的人格，以为他们老是在幸灾乐祸，老是在轻视你，为难你，损害你。一个人而能够信任自己的人格，同时也不低估他人的人格，而也承认他人之为“好人”的，他是不会神经过敏的。

三九　清楚的头脑

在任何环境，任何情形之下，保持着一个清楚的头脑。在人家失掉镇静时，保持着镇静。在旁人都在做愚蠢可笑的事时，仍保持着一个正确的判断。能够照这样做去的人，总是具有大量的潜力，是一种平衡而能自制的人。

容易头脑模糊的人，一临到非常的事变，或一受着重大的压力，就要张惶失措的人，是一个弱者，是不足付以重任的。

是别人束手无策时，知道怎样办法的人，是别人混乱时仍然镇静的人，是大责任搁在肩上，大压力加在身上，不会慌张混乱的人。这种人，才到处为人欢迎，为人重视。

在各机关中，常有职员中的某一个，其人在各方面的能力，或许还不及别的职员，但反而会突然升上重要的位置。因为雇主的眼光，并不注意着他职员的“才华”，却注意着头脑清楚，理智健全，判断力正确的人。他要寻觅着一种头脑清楚，实事求是，不但能空想，而能真正做事的人。所以他往往忽略过那些大学毕业生、学者与天才的人。他知道，他的业务之安全，机关之柱石，就系于他的有正确的判断力，有健全的理智的职员。

头脑清楚，心理平衡的人的特征，就是他不因环境情形之变更而有所改变的。金钱的损失，事业的失败，忧苦，艰难，不

足以破坏他的精神的平衡，因为他是固执着定见的。他也不会因小有成功，小有顺利，而傲慢自满起来。

不管处在何种环境之下，有一件事我们每个人都该可以做到的，就是我们应该脚踏实地，即使倾跌，也可立刻站起来，而不致失却平衡。就是，我们应该在别人都慌张混乱的时候，仍能镇定如常，思虑周详。这能给予我们以大力量，而能在社会里占重要的地位；因为唯有头脑清楚的人，能在惊涛骇浪中平稳地舵船只的人，才是社会中人所愿付以重任，委以大事的人。犹豫的人，没有自信的人，临到难关，就要倾跌，遇到灾害就要倒地的人，只是一个不经风雨的人，而像年轻的胆小姑娘一样，只能在风平浪静之日，驾驭扁舟。

冰山在任何情形之下，都不失其恬静与平衡，真是我们的一个绝好榜样！不管风涛吹打得怎样厉害，不管巨浪冲洗得怎样猛烈，它从不会动摇，从不会颠簸，从不会显出一丝受震荡的记号。因为它的八分之七的巨大的容积，是埋在水面之下。它的巨大的容积，平稳地藏在海洋中间，非惊涛怒浪之势力所能及，这种水面下的工夫的稳藏力，这种伟大的“运动量”（Momentum），使得暴露在水面的一部分冰山，可以不畏风浪。

精神的平衡，指示着，代表着“力量”，因为精神的平衡是精神的和谐的结果。片面发展的头脑，不管其在某一特殊方面是怎样的发达，永远不会是平衡的头脑。正像一棵树木，假使将其全部的滋养汁液，输送给仅仅一个巨枝，而使其他部分枯萎以死，决不能成为一棵繁茂的树木一样。

韦白士脱（Wedster）之所以能在律师界及参议院中，成为一个巨大的人物，就是受由于他的精神的镇静与沉着。他对于

自己的大量精神力量的自觉自信，超越了许多怀疑，不信任自己的能力的人。

理智健全，头脑清楚的人，是不多见的。他们常常是“供不应求”。我们每可看到，连许多有本领的人，在多方面的能力很为高强的人，也会做出种种不可解的，愚不可及的事情。他们的不堪全的判断，不清楚的头脑，常常阻碍了他们的前程，像流过高低不平的区域中的江水，后波每为前浪打回，至无山前进一样。

头脑的不清楚，判断的不健全，这种不良声誉，会使得别人不敢信托你；因之是大有害于你的前程的。

假使你要得到他人的“头脑清楚”的承认和称许，你必须真正努力去做一个头脑清楚的人。大部分人做事，特别在做小事时，往往是敷衍了事。他们自己也知道，他们不曾竭其全力，而所做出来的结果，不是尽善尽美；然而他们还是要这样做法。这种行为，大可以灭损其成为头脑清楚的人的可能性。

毛病就在我们大多数人，总是使出二等三等的判断，而不想努力去使出头等的判断，因为前者是省力，容易得多。

大多数的人都是天性怠惰的。我们总喜欢逃避不愉快的艰难的工作。我们不喜欢做那些妨碍我们的安舒，不合我们的胃口而足以烦恼我们的事情。

假使你能常常强迫你自己去做你认为应该做的事，而且竭你的全力去做，不去听从你的怕事，贪安的懒性；则你的品格，你的判断的，必会大大的增进。你自然会被人承认，称许为“头脑清楚”判断健全的人了。

四十　职业技能的训练

世间有多少的善良诚实的男女，工作辛勤，含辛如苦，粗衣陋食，想积下一些金钱，以备将来之用，但因为昧于职业，商业知识的缘故，到了中年或中年以后，仍无丝毫储蓄，足以表示他们的劳动与刻苦！有多少的人，到了年将垂老，还不能得到一个安乐的家室，还没有分文的储蓄，足以备疾病及养老之资。

我们看见青年男女从学校中或大学中毕业出来时，满肚子都是各种学说，理想，各种知识技能；然而独缺少了一种职业，商业知识，缺少一种保护自己的财产，使不为无形的窃贼所盗去的技能。依我的主张，不论男女，如果不曾在实际的职业，商业知识上，打下了相当之根基，不当予以毕业。这在高级学校中，愈其应该如此。在没有使自己的儿女熟悉普通的职业商业原理以前，就把他们送入人海中去，真是贻误儿女的一种举动。

社会中有一类人，其人的生活与幸福的基础，就建筑在大众社会人士对于职业商业情形的愚昧无知上。这类居心不良的人，总是利用了那些不知怎样去保护自己资产的人的弱点，而骗取了他们的金钱。他们就在骗取他人的金钱中间生存。他们知道，一种夸张的广告，一种措词巧妙的传单，一种迷人的说

辞，可以将那些忠厚的人物辛苦得来的金钱，移入自己的钱袋。

一个坚强刻苦的人，一个一路里不断地同贫穷奋斗的人，一个每分金钱，都从血汗换来的人，会得让自己辛苦积下的金钱，从自己的手中漏去，漏到那最不可靠的投资地方；会将自己的金钱，送给相隔千百里，与自己不曾谋过一面，而除却奸滑的中介人的胡调以外，对于其人的行为毫不熟悉的人们，真是大可怜，真是大怪事！

许多人因为将“代理”的全权，赋予律师，或商务代办，而得到了悲惨的结局。大多数人不通世故的人，都不明了“全权代理”的真意义与重要性。所谓“全权代理”，即是赋予别人以任意处理你的财产，像处理他自己的财产一样的权力，即是使别人代表你的人格。受你委任的人可以为了任何作用，而代签你的名字；他可以任意的播弄，支配你；他可以从银行中支领你的存款，他可以代表了你做一切之营业。至少，在处理营业，事务上，事实上，法律上，都是全部代表着你。所以即使要委人以全权代理，对于人选必须十分审慎。除了品行人格，为一般人所公认，而其商业知识，及对人对物的经验，皆极丰富的人，不宜轻加委任。

为了你的家室的幸福，为了你的心境的平安，为了保护你辛苦得来的钱财起见，不管你是从事何种事业的，千万不要忽略掉一种健全而完备的职业——商业训练！这可以使你免受他人的欺骗，免尝许多亏累，痛苦与不幸。它可以使你免尝家道中落，财产荡尽的苦味；可以使你免为奸诈的骗子的傀儡。

许多学识丰富的少女，在父母突然去世，而家务要由她承当的时候，总是显出不能处理业务，与不能自谋生活。许多女

子，假使丈夫突然去世，而遗下重大的商业负担，她们总是不善处理。这时候，她们的全部资产，营业的命运，就握在律师或营业代办手中。假使所托恶人，他们会将像小孩一般的玩之掌上。

假使美国的每个青年，都能受一种健全完备的职业、商业训练，则许多阴险奸诈的骗子，无所施其伎俩，而不能生存！

保持金钱，储蓄金钱，比挣取金钱更要难得多多。挣得了金钱之后，怎样去善处金钱，保持金钱，这在熟悉世故人情深谙商业知识的人，尚且是一件难事，然则丝毫没有受过职业商业训练的人更将怎样？

我深信，职业学校，商业学校，是美国的今日最大的幸福之一种，因为由于这种训练，千万个家庭可以免于败落；大多数的人民，都可以过快乐，安康的生活，而不致长处在贫穷愁苦之中了。

四一　今　日

在世界历史中，再没有别的日子，是比“今日”更为伟大。过去各时代的一切，像一个雪球，愈卷愈大，愈堆愈多，以构成“今日”之“伟大。”

“今日”是各时代的文化的总和。“今日”是一个宝库。这宝库中，藏着过去各时代的精华。个个发明家，思想家与个个工作者，都曾将他们努力的成绩，贡献给“今日。”

今日是世界上有史以来最伟大的一个日子。因为它是集一切的过去的日子的总和而构成，而在它中间，是包藏着过去各时代的成功，进步的全部今日的青年的出发点，而与一世纪以前的青年相比较，正不知要相差多少倍啊！

今日的化、电、声、光种种科学的发明与应用，已把人类从过去的简陋之物质环境中拯拔出来；今日的文明，已把人类从过去的不安与束缚的环境中解放出来；今日的一个平常人的享用之安舒，华美，简直可以超过一世纪以前的帝王。

有些人往往有“生不逢辰”的感喟。以为过去的时代都是黄金时代，只有现在的时代是不好的。这真是大错误！凡是构成“现在”的世界的一分子的，必须真真的生活于“现在”的世界中。我们必须要去接触，参加现在的生活之洪流，必须要

纵身入于现在的文化的巨浪。我们不当生为于“昨日”或“明日”的世界中，而常生活于“今日”的世界中，我们必须知道今世之为何世，今日之为何日，而去接触，反映现实的生活，与文化的潮流。世人的许多精力，都是耗费在追怀过去，与幻想未来中的。

一个人能够生活于“现实”中，而去充分利用“现实”，不去枉费心思精力于过去错误失败之追悔，及可能的未来的幻梦中的，他要比那些瞻前瞻后的人，有用得多多，生活更能成功，完美得多多。

所以时候在正月，你千万不要凭你的幻想生活于二月中，而丧失了正月中可能得利的佳趣。不要因为你对于下一月，下一年，有所计划，憧憬，而遂虚度，糟蹋了这一月，这一年！不要因为目光注视在天上星光之故而至看不见了在你周遭的美景伟观，踏毁了在你脚下的玫瑰花朵！

请君先去享有你现在所有的安乐、幸福，不要尽幻梦着明年的汽车洋房的享受。请君先去享受你今年所有的衣服，不要尽去妄想着明年的锦绣狐裘。

你当下一决心，去努力改善，支配你现在所居的茅屋，而使之成为世界上最快乐，最甜蜜的一个处所。在你幻梦中的亭台楼阁，高大洋房，没有实现之前，还是请你迁就些，把你的心神，仍灌注在你现有的茅屋中。这并不是叫你绝对不可以为明天打算，对未来憧憬。我只是说，我们不当过度的集中我们的目光心力于“明天”，不当过度沉迷我们于“将来”的好梦中；而反将当前的“今日”丧失，丧失尽了它的一切欢愉，幸福与机会！

请你灌注你的全生命于当前的“现实”中吧！假使从“今

日”中，你只能取得百分之一的幸福，则你可以不必打算着，去从“明日”中，取得百分之九十的幸福；你还是尽先努力，试从“今日”中，取得百分之百的幸福吧！

我们不应常常生活于预期的幻想的世界中，幻想过度，将使生活趣于枯躁，乏味。预期，幻想，可以使我们对于现在的地位与工作发生厌恶，它能破坏人们享乐“现在”的能力。

幸福之为物，是日日堆积而成的。正像圣经中所说，以色列民族，在出埃及途程中，天上降下的天饼，只可在当日吃尽，藏了一夜，到了“明日”，就要变坏而不能下口。幸福一物，也只有在当日所能享有的。有些人只能看出“明日”的价值。而看不见“今日”的价值，当日的行善事的机会，他们无暇顾到。他们忽略当日的职务，他们不可行些小的慈善事业，因为他们正在梦想着，一朝腾达之后，要捐出一宗大款项呢！

人们每有一种心理，想脱离其现有的不快的地位与职务；而在渺茫的未来中，寻得快乐的幸福。其实这是错误的见解，试问有谁人可以担保，一脱离了现有的地位，就可得到幸福呢？有谁人可以担保，今日不笑的人，明日一定会笑呢？假使我们有享乐的本能；而不去使用，安知这种本能，不于日后失却作用。

假使我们能够彻悟到，只有“现在”是真实的，只有“在”是存在。彻悟到世间实际上无有所谓“昨天”与“明天”，而只有“今日”是可靠的；彻悟到我们不当将我们的生活，投射入于“未来”的境界，或退归“过去”的地域中；彻悟到我们所有的，只是一个整个的永恒的“现在”，而所谓年、月、日、

小时、分、秒者不过是这整个的永恒的“现在”之生硬的，勉强的划分。——假使我们能够大彻大悟到这点，我们的生活的欢乐与效率，真不知要增进多少啊！

四二　开辟新蹊径

普天下的人，都赞颂着一种勇气在众人中抬起头来的人，一种能够大踏步向前，而表现他自己的人。开辟你自己的途径，寻找你自己的出路！否则，你是永远不曾在世界上留些痕迹的。唯有“创始”才能取得人们的注意。

不管你所作的工属于哪一类，总不要追随他人，不管模仿他人。不要按照前人做过的格式做事，应该用一种新颖的，别出心裁的方法作事。把你的“特殊性”显示给世人，表明出你是不为“先例”所拘束，你是有自己的计划的！

你该立志，不管你在世界上成就之或大或小，但苟有成就，必须求其为创始的成就，你自己的成就。不要害怕着，不敢以勇敢的，特殊的方式，显露你的面目。“创始”是力量，是生命！模仿是“死亡”！不要惮于表现你的“自我。”可以使你的生命生长的只是创始，而不是模仿，只是领导，而不是追随。你当立志作一个有主张，有思想，而常求进步的人。运用你的头脑！有创始精神的人是不患无出路的。

世间充满了那些追随者，依附者，模仿者，他们喜欢循行老的轨道，喜欢以他人之思想为思想。但是世界上所需要的却是那些有创始的人，能够离开走熟了的途径，而闯入新田地的

人——那些离开了先例旧方而医治病人的医师，那些用别出心裁的方法办理讼案的律师，那些把新的理想，新的方法，带进教室的教师，那些敢于不宣扬书本上的陈说，而宣扬他自己所体验得的教道的宣教师。

不要害怕你自己之成为“创始人”。不要仅仅做一个人，要做一个新的人，独立的人。不要想去抄袭仿效你的祖父，你的父亲，你的邻居。这等于紫罗兰花要模仿玫瑰花，菊花想要效颦向日葵一样的可笑。“自然”给予每种东西以特殊的禀赋，为一种特殊的作用。所以每个人都应该以创始的方式，来做特殊的工作的。假使他要想去仿别人的工作，仿效别人的工作，结果一定是不适宜，是失败，是流产。

没有人能够因仿效他人而得到成功，纵然被他仿效的人是一个大成功。成功是不能从抄袭成功，模仿成功中得来的。成功是个人的创造，是由创始的力量所造成的。一个人一离开了自己，不想做他自己的人，而想做别人的人，不想表现自己，而想表现别人的人，他总是会失败。“力量”是内发的，不是外来的。做你自己的人！顺你自己的性！

世间每种职业，每种营业，每种业务，都有可以改进之余地。有创始力量的人，永远不患无人欢迎，不患无用武之地。世界上能为有思想，有主张的人留出地位。社会中的最有用的分子，就是有思想，有创始的力量，有推陈出新的方法和主张的人。这种人到处需要，到处欢迎。然而社会对于那些“机器人”的需求，却并不大。

“创始”“特殊”，最能引人注意，所以可说是带着大量的广告功用的。做事无以异于常人的人，虽则本领高强，也不能受

人注意。但假使一个人能够别出心裁，用创始的，进步的方法做事，而处处都显出他的“特殊性”来，则他自然受人注意，而凡曾与他认识的人“口”，就是成为他的广告“牌”了。

但是你不可存一种错误的观念，以为做事只要新奇，准会成功。要知道只有实际的，有效的“创始”，才有用处。世间有无数的人，常在追寻做事的新方法，新主张，然而从来不会有重大的成就，就因为他们的所谓创始精神，是不实际的，没有效率的。

世界上需要那些能够以更新更好的方法做事的人。不要以为因为你的主张新奇或者以为你年纪还轻，知事不多，所以必不能为人所理睬。凡是能够将新鲜的，有价值的东西，贡献给世界的人，不会没有人理睬，没有人注意。有坚强的个性的人，敢于有他自己的思想，开创他自己的主张，方法，不肯亦步亦趋，而敢表现他自己的人的地位，最易为人所认识。能够引起在上的人或其他的人注意的，无过于做事方法的创始性与特殊性，假使那创始性是有效率的话。

最能吸引主顾的，就是那些最新式，最进步的商店，那些具有最新的营业设计，最新的，最奇特的营业方法的商店。

一个青年人所当做的一件最聪明，最重要的事，就是去求在所做的事上，表现出最大量的“创始性”；就是在出发从事事业之前，立下志愿，要求在自己手中所做出的每一件事上，都烙上自己的个性，印上自己的品格，以当作你的“尽善尽美”的商标。假使他能这样做，则他不必需要大量的资本，去进行事业。他的资本，就具备在自己的身上！

（附注）“创始性”原文系 Originality。

四三　困苦忧患

两个强盗，有一次偶然经过一架“绞机”。其中有一个说：“假使世间没有绞机这一类的刑具，我们的职业真是很好的一种呀！”另一个强盗回答说：“呸，笨伯！绞架是我们的恩人。因为假使世间竟没有了绞架这一类刑具，则人人都将要做抢劫的勾当，那时，你我两人的买卖，岂不要做不成了吗？”

各种的技艺、职业或事业，亦然如此。困难是我们的恩人，有了困难，才能拦阻住，与淘汰去一切不如我们的竞争者，而使我们得到胜利。

斯巴群（Spageou）说：“有许多人一生之伟大，都自他们的大困难中得来。”精良的斧斤，其锋利是从炉火的锻炼与磨削中得来的。有千万个人，具着“大有为”之资，因为一生中没有常同“阻碍”搏斗的机会，而又没有充分的，“困难”足以刺激起其内在的潜伏能力的发动，于是会埋没无闻，真是可惜！

阻碍不是我们的仇敌，而实是恩人。阻碍之来，可以锻炼起我们“克服阻碍”的种种能力。森林中的橡树，要不曾同暴风猛雨搏斗过了千百回，就不能树干长得十分结实。同样，人不遭遇种种阻碍，他的人格、本领，也是不会长得结实的。所以一切的折磨、忧苦与悲哀，都是足以助长我们，锻炼我们的。

在格里米战役的有一次战事中，一颗炮弹，把战区中的一座美丽的花园炸毁。但是在那为炮火所炸开的泥缝中，却忽然发现了一份泉水的喷射；而从此以后就成了一个永久不息的喷泉。不幸与忧苦，也能将我们的心灵炸破，而在那炸开的裂缝中，会有丰蕴的经验，新鲜的欢愉，不息地喷射出来！

有许多人非至穷途潦倒，就不会发现他自己的力量。灾祸的磨折，反足以助他发现"自己"。困苦，阻碍，仿佛是将他的生命，凿成"美好"的铁锤与斧斤。唯有失败，唯有困难，才能使一个人变为坚强，变成无敌。

有一个著名的科学家曾说：当他遭遇到一个似乎不可超越的难题时，他知道，自己快要有新的发现了。

初出茅芦的作家，把书本送入书店，往往要受"璧谢"的回报，但因此却造成了许多著名的作家！因为失败是足以唤起燃起一个人的潜力，推醒一个人的潜力，而使他达到成功的，有本领，有骨气的人，能将"失望"变为"扶助"，像蠔蚁能将恼它的沙砾，化成珠子一样。

鹫鸟一到毛羽生成，母鸟立刻会将他们逐出巢外，使他们作空中飞翔的历练。那种经验，使它们能于日后成为禽鸟中的君主，搏啄食品的能手。

凡是环境不顺利，到处被摈弃，被排除的青年，往往于日后是"秀而实"的。而那些自小环境顺利的人，却反多"苗而不秀，秀而不实！"

"自然"给予人一分困难时，同时也添给人一分智力！

贫穷，痛苦，不是永久不可超越的障碍，反是人们的刺激品，以锻炼他们的身心，使得成为更坚毅，更强固的人。钻石

愈硬，则它的光彩愈眩目，而要将其光彩显出来时所需的磨擦也愈多。只有磨擦，才能使钻石显出它全部的美丽。

火石不经磨擦，火花不会发出。同样，人们不遇刺激，他们的生命火焰，不会燃烧！

西万提司（Cerv nulos）写他的（Donqujxole）是在他困处马局立（Madrid）狱中的时候。那时他贫困不堪，甚至无钱买纸，而在将写稿时，将皮革当作纸张。有人劝一位富裕的西班牙人去接济他，但那人回答说："天不允许我去接济他的生活，因为唯有他的贫困，才能使得世界丰富！"

监狱往往能唤起高贵的人的心中的已经熄灭的火焰。《鲁滨逊飘流记是在狱中写成的。天路历程书是在彼特福特（Bedford)》监狱中出现的。拉莱（W. Rueligh）在他十三年的幽囚生活中，写成了他的《世界历史》。

路德（Luther）幽囚在瓦特堡（Wartbeurg）的时候，把圣经译成了德文。但丁（Dante）之被宣告死刑，而度过窜逐者二十年，他的作品是在这时期中完成的。

自从有史以来，被"压迫"，简直是犹太族人注定的命运。然而犹太族却因此产生过许多最可贵的诗歌，最巧妙的谚语，最华美的音乐。对于他们，"迫害"仿佛总是同"幸福"携手偕来的。犹太人很富裕；有许多国家的经济命脉，简直都是操于犹太人之手。对于他们，"困苦如像春日的早晨，虽带霜寒，但已有暖意；天气的冷，足以杀掉土地中的害虫。但仍能容许植物的生长！

贝多芬（Bethoven）在两耳失聪，生活最悲痛的时候，制成他的最伟大的乐曲。席勒（Chiller）之为病魔缠扰者共十五年；

他的最有价值的书本，也就是在这个时期中写成的。弥尔敦(Mtilon)在双目失明，贫病交迫的时候，写下他的著名的著作。所以彭扬（Bonyan）甚至于说："假使那是正当的话，我宁愿祈祷着更多的忧患的到临，为了要得到更多的幸福起见。"

一个大无畏的人，愈为环境所困，反而愈加奋勇，不战栗不逡巡，胸膛直挺，意志坚定；敢对于付任何困难，轻视任何厄运、嘲笑任何阻碍；因为忧患，困苦，不足以损他毫末，反足以加强了他的意志，力量与品格，而使他成为人上之人。——这真是世间最可敬佩，最可艳美的一种人物了。

"命运"不能阻挡这种人的前程！

四四　一颗善心

有这样的一个故事：从前有个国王，有着一个为他所钟爱到极点的儿子。这位年轻王子，没有一件欲望，是不能满足的。因为他父王的钟爱与权力，可以使他得到一切他所想的东西。然而他仍然常常眉头紧锁，面容戚戚。

有一天，一个大魔术家走进王宫，对国王说，他能有方法使王子快乐，而把王子的戚容变作笑容。国王很高兴的对答说："假使能办到这件事，则你要求任何赏赐，都可以答应。"

魔术家将王子领入一间私室中，用了白色的东西，在一张纸上涂了些笔划。他把那张纸交给王子，嘱他走入一间暗室，然后燃起蜡烛，注视着纸上呈现些什么。说着，魔术家就走了。

这位年轻的王子遵命而行。在烛光的映照下，他看见这些白色的字迹化作美丽的绿色，而变成这样的几个字："每天给与人以一件善事！"王子遵照了魔术家的劝告做去。不久，他就成为他父王国土中的最快乐的一个少年。

一个人的生命，除非是有助于他人，除非是充溢了喜悦，快乐，那种从对人人怀着善意的习惯，与对人人抱着亲爱友善的精神中所发生的喜悦，快乐，便不能称为成功，不能称为幸福。我们必要有所"给予"，才能有所取得，我们的生活才能生长。

一位哲学家曾有一次问他的许多学生："人生在世，最需要的是哪一件事？"答案有许多。但最后有一个学生说："一颗善心！""正是，"那位哲学家说，"你在这善心两字中，包括尽了别人所说的一切话。因为有着善心的人，对于自己，则能自安自足，能去做一切与己适宜的事；对于他人，则他是一个良好的伴侣，可亲的朋友。"

一个良好的心，一种爱人的性情，一种坦直，诚恳，忠厚，宽恕的精神，可以说是一宗财产。百万富翁的区区财产，与那种丰富的财产相比较，则简直是不足挂齿了。怀着那种好心情，好精神的人，虽则没有一文钱可以施舍给人，但是他能比那些慷慨解囊的巨富，行更多的善事。

假使一个人能够大彻大悟，尽心努力去为他人服役，他的生命一定能有可惊的的迅速的发达。最有助于人的生活的，要算是莫过于在早年起，就养成善心善意，与爱人的习惯一事了。

我们尽管大量地给予他人以我们的亲爱，同情，我们的鼓励，扶助。然而那些东西，在我们本身，是不会因"给予"，而有所减少的。反而，我们能把我们的亲爱，善意，同情，持助，给人愈多，则我们所能收回的亲爱、善意、同情扶助也愈多。

人生一世，所能表现，得到的成绩，结果，微乎其微。此中的有一原因，就是在亲爱同情的给予上，我们不很大量。我们不轻易舍得给予他人以我们的亲爱，同情与扶助；因之别人也"以我们之道，还治我们之身"；我们不轻易能获得他人的亲爱，同情与扶助。

几句温和的慰藉，亲热的同情鼓励的话，曾经使得高夫(J. B. Gough)恢复勇气，而于日后成为大演说家，成为世界

上善良势力的中坚。常常向别人说亲热的话，常常注意别人的好处，说别人的好话，这种习惯的养成，是十分有益的，人类的坏处，就在彼此互相误解，彼此指摘，彼此猜忌。我们总是依了他人的不好，缺憾，错误的地方而批评他人。假使人类能够取消这种误解，指摘，猜忌：能彼此相亲相爱，同情，相助，则地上的天国，怕不久会来临吧！

我们大多数人是因为贪得无厌，自私自利的心理，以及习于那足以硬化人心的无情的，冷酷的，商业行为之故，而至于目光蔽被，只能看到那人身上的坏处，而看不到他们的好处。假使我们真能改变态度，不一意去指摘他人的缺点，而只注意到他们的好处，则于己于人，均有益处，因为由于我们的发现，他人也能自觉到他们的好处，因之而兴奋与自尊，更加努力。假使人们彼此相处，都有互相亲爱的精神，一定可以使世界文化生一大革命。

世界上到处为那无私的，肯爱人，助人的人建立纪念碑。这种纪念碑不一定有大理石或铜来做成，而是建立在他人的心灵中！

在进行“善意与善事”上，人人可以得到胜利。宁可在职业，失败，在财产上失败，不可在这点失败——在亲爱，同情及助人的态度的一点上失败！

四五　缺陷的刺激

拿破仑在谈到他部下的一员大将马赛那时说，在平常的时候，他的真面目是不显露出来的。但是在看到自己的军士的死伤，堆积如山，那时，他内在的“狮性”突然会发作了，他会如像魔鬼一般的奋起杀敌。

人类有几种性质的天禀除非遭遇着极大的打击刺激，是永远不会显现出来。永远不会发现其真力量的那些潜力，是隐伏在生命的最内层，所以普通的刺激不能把它们唤出。但是在被嘲笑，被揄揶，被欺凌，被侮辱的时候，则一种新的力量，会从这生命的最内层中发生出来，而可以成就在平常的情形下所决不能成就的事业来。

艰苦的情形，不利的环境，贫穷及种种的缺陷，都是造成人类中的伟大的东西。拿破仑脑筋最镇静，精神最坚强，决策最神异的时候，就是他被困于绝境险地的时候。要炸开一个人内在的“伟大性”的炸药，是需要非常的危险，不测的变故，为其导火线的。

一位著名的大商人告诉我，他在一生事业中所获得的每一个胜利，都是艰苦奋斗的结果。所以到了现在，对于不费力而得来的胜利，他简直有些害怕。他觉得不需奋斗而得来的东西，

总有些靠不住。克服阻碍，及种种缺陷，从奋斗里夺取成功，才可以给君以喜悦。困难一事，简直是他的补品。他喜欢做困难的事情，因为这些事情能够试炼他的真力量，真本领。他不喜欢干容易的事情，因为那个不能给予他以喜悦，一种从剧战中得到胜利时所得到的喜悦。

我个人认识一个青年。在大学校毕业的时候，他因为家况贫寒，常为同学所取笑，富裕的同学时常嘲笑他的短脚的裤子，褴褛的上衣，以及其他种种寒酸的形象。他的心为这种嘲笑讽刺，刺得痛透，所以他立誓不但要从这种种嘲笑中把自己救赎出来并且要刻苦努力，使自己日后在世界上，做成一个有价值的人物。

这个青年后来果然得到很可惊的成功。那时他承认在学生时代所遭遇的贫穷的缺陷。从集于他身上的种种的嘲笑，是鞭笞他向上的志愿的唯一激品。

遭遇刺激而剧烈奋斗，可以唤出我们的潜力，发展我的隐能。没有这种奋斗，许多人总是永远不能发现他们真的“自我”的。

假使林肯而不生于木棚之家，而能进大学校肄业，他日后恐怕永远不能做成总统，永远不会名垂万古；因为那样的环境不需要他特殊的努力，如像他在黑暗困苦的环境中所需要的。开发他内在的“伟大性”的，就是他的同不幸的环境的剧战。

人类的天性是懒惰的。必须有了动力，才肯努力做事。而动力的或强或弱，又可以决定其努力的结果是怎样。

在今日的世界中，不知有多少的人，他们的种种成功，都是受赐于他们的种种缺陷的刺激。这种缺陷刺激，使得他们发

挥出百分之七十五以上的潜在能力，而假使没有这种缺陷，则连百分之二十五的发挥，恐怕也是不可能吧！

在强大的动力，非常的变故，重大责任压上一个人的身上时，隐伏在他的生命最内层种种能力，往往会突然涌现出来，而靡坚不克地做出种种大事来。

历史上充满着这些例子：为了要补救自己身体上的缺陷，许多人因此而造成了可惊的品格，奇异的成功。感觉到自己面貌不扬，甚至丑恶的女子，往往能在学问事业上，进行英雄般的努力奋斗，而做出种种在平常的情形下所决不能做成的事业，就为了它们要补救面貌的缺陷！

据说，有一位著名有学问的法国人，是自小折断手足的残废者。有一位客人，为要一觇他究竟怎样的行动和饮食，特地去拜访他。谈话的结果，他的有学问而美妙的言词压倒了那个客人，而使那客人五体投地，竟忘记了自己面对的是一个肢体不全的残废者。

因为特殊的缺陷的刺激，不是人人都有，所以世界上真能发现“自己”，而把内在的最好最高的能力发挥出来的人不多见。我们总是不明白我们自己的“生命之产业”之丰富。我们往往遗我们大部分的“生命之产业”于不发现，不获取而殁世以终。惜哉！

四六　失败了以后

有许多的人要是没有大难临头，往往不会发挥出其真实力量。除非遭着失望之悲哀，丧家之痛苦，及其他种种创痛的不幸事实，足以打动他的生命核仁，他们内在的隐力，是不会唤起动作的。

测验一个人的品格，最好是在他失败的时候。失败了以后，他要怎样呢？失败能唤起他的更多的勇气吗？失败能使他发挥出更大的努力吗？成败能使他发现新力量，唤出潜在力吗？失败了以后，是决心加倍的坚强呢，还是就此心灰意淡？

爱马孙（Emerson）说："伟大，高贵人物的最明显的标识，就是他的坚定的意志：不管环境变换到何种地步，他的初衷与希望，仍不会有丝毫的改变，而终至克服阻碍，以达到所企望的目的。"

"倾跌了以后，立刻站立起来，而去从失败中求胜利，这是从古以来伟大人物的成功秘诀。

有人问一小孩子，怎样他竟得学会溜冰。小孩的回答是"其方法就在每次跌交后，立刻就爬起来！"使得个人成功，或军队胜利的，实际上也是由于这种精神。倾跌算不得失败，倾跌后而站立不起来，才是失败。

过去生命之对于你，恐怕是页页的创钜痛深的伤心史吧！在检阅着过去的一切时，你会觉得你自己处处失败，碌碌无为，你热烈地期待着成就的事业，竟不曾成就。你所亲爱的亲戚朋友，甚至会离弃你！你曾失掉职位，甚至曾因不能维持家庭的缘故，而失掉你的家庭！你的前途，似乎是十分惨暗！然而虽有上面的种种不幸，只要你是不甘永远屈服的，则胜利还是等在远处，向你招手呢！

这里是可测验你人格之大小的地方：在除了你自己的生命以外，一切都已丧失了以后，在你的生命中，还剩余些什么来？换一句话，在你迭遭失败了以后，你还有多少勇气的剩余？假使你在失败之后，从此偃卧不起，放手不干，而自甘于永久的屈服，则别人可以断定，你不是个大不了的人物了。但假使你能雄心不灭，迈步向前，不失望，不放弃，则人家可以知道，你的人格之大，勇气之大，是可以超过你的损失灾祸与失败的。

你或者要说，你已经失败得次数过多，所以再试也徒然无益吧？你已经倾跌得次数过多，再站立起来也是无用吧？胡说！对于意志永不屈服的人，没有所谓失败！不管失败的次数怎样多，时间怎样晚，胜利仍然是可期的。迭更司（Dickens）小说中所描写的守财奴司克拉（Serooge）在他的暮年，忽然能从一个残忍、冷酷、爱财如命，而整个的灵魂，幽囚在黄金堆中的人，一变而为一个宽宏大量。诚恳爱人的人，这并不是迭更司脑海中凭空所虚构，世界上真的有这种事实。人的根性，可以由恶劣转变而为良善；人的事业，又何曾不可由失败转变而为成功？常常，据报章所记载，或为我们所亲身见闻，有许多男女，努力把自己从过去的失败中救赎出来；不顾以前的失败，奋

身作再度之奋斗，而所以达到胜利。

有千万的人，已丧失了他们所有的一切东西。然而他们还不算是失败，因为他们是有着一个不可屈服的意志，不知颓丧的精神。

人格伟大的人，对于世间所谓成败，不甚介意。灾祸、失望，虽频频降临，然而他总能超过，克服它们，他从来不会失却镇静。在暴风雨猛烈的袭击中，在心灵脆弱的人唯有束手待毙的时候，他的自信的精神，镇定的气概，仍然存在；而可以克服外界一切的境遇，使之不为害于己。

"什么是失败?"菲力（W. Phillip）说，"不是别的，失败只是走上较高地位的第一阶沿。"大多人之所以成功，就是受赐于先前的屡屡失败。假使他没有遭遇失败，他恐怕反而不能得到大胜利。对于有骨气，有作为的人，失败是反而足以增加人的决心，勇气的。

对于那自信其能力，而不自介意于暂时的成败的人，没有所谓失败！对于怀着百折不挠的意志，坚定的目标的人，没有所谓失败！对于别人放手，而他仍然坚持，别人后退而他仍然前冲的人，没有所谓失败！对于每次倾跌，立刻站起来；每次坠地，反会像皮球一样的跳得更高的人，没有所谓失败！

四七　“不小心”的悲剧

世间每年为“不小心”一事所造成的生命的损丧，人体的伤害，财产的损失，有谁能计算得清楚呢？工作时些微的忽略，建筑时些微的缺陷，可以使得全座建筑物倒塌，可以使得桥梁折断，连带着桥上的车辆，乘客，货物，坠入江中。

铁道轨道上，车轮上，或机件上些微的毛病，可以断送数十个人的生命。不经意中，将未熄灭的火柴或卷烟随手一抛，可以将全部房屋，甚至全镇市化为灰烬。我们总是注意着重大的事，但最能造成悲剧的，却是非为人注意的小事啊！

啊，每天世间为一般做不小心的人所扮演所疏忽不注意；不用头脑，“心不慎焉”的所造成的悲剧！如商店因店员这件不小心——包扎货品的不小心，应付顾客的不小心，而所丧失的主顾同金钱，不知有多少！为铁道员役，扳道夫，及司机的不小心所断送的人命，也不知有多少！

人类的历史，就充满了那些为不曾养成做事谨慎，做事以正确的习惯的人的粗莽同不小心所造成的种种可怖的悲剧。

大地之上，到处可以看见工作不小心，不谨慎的悲惨的结果。踞断的脚，无臂的衣袖，无数的坟墓，无父母的家庭，都在诉说着，那是人们的不小心、粗莽、没有做事正确的习惯的

结果。

最重大的罪恶，往往是非法律之制裁所能及的。不小心，粗莽，工作之不能彻底，不能正确，这是干犯自己的良心，同干犯人类的大罪恶，其为害的程度，往往要超过别种为社会所不容的罪恶。明白了工作时些微的毛病和过失，可以断送人家宝贵的一命，则不小心与疏忽之罪，似乎不减于别种“故犯”罪吧！

支加哥有一个大商人曾说，他必须委派许多稽查员，到他公司中的各部分查检视察，以纠正职员的种种工作“不正确”的弊端。有一位商人甚至说，支加哥全城蒙“工作的不正确”一事之损失，每天至少有一百万元。当你想到了，在全城中，在一日中的每一分，每一秒钟上，都有人在做出这种或那种的不小心，或不正确的工作，则这句话该是不算奇怪吧。然而犯此种过失的人，往往说，这些是小事，不值一顾。但是，集小成大，自其全体上观之，为数不算小吧！这种做事不小心的职员常要奇怪，为什么自己的地位，老是不得升迁；假使有人告诉他们，阻止他们位置的升迁的，就是他们日常的细小的不小心的过失，他们怕要难以置信吧。

工作的“彻底”同“忠实”，两者是孪生的兄弟。当一个职员到了做事不但做到“尚好”，“近似”，而必求其绝对的好，绝对的彻底的佳誉，从这中间，他所得到的在上的人之器重，自然较别种东西为大得多。

例如，一个年轻的速记员笔记正确，读音拼音可靠，而他的判断力同常识，又足以使他解决说得太快时所发生的含混，或不合文法结构的字句，这样速记员，是永远不会失业的。

有些人的头脑简直绝对不能发正确动作的指令。他们的精神作用是不精密的。假使我们来分析这些人，我们可以发现，他们是不会严密地观察，尖锐地思考的。不缜密的思想者，也就是不正确的做事者。

“喂，那是很好的。不要在那件事上费掉太多的功夫，那是真不上算的，没有意义的，“查利！”这是一个家具商店的店主，对一个新进的供杂差的学徒所说的话。这学徒在有空闲时，总要拿了工具，练习修理家具。不久，他对于修理家具的技术，十分熟练；于是店主就正式升他制造家具。店主对他的唯一不满意的地方，就是觉得他工作得太专执，所以常要这样说：“一只钉可以了事时不要用两只钉，一小时可以了事时不要花费去两小时，那样分外的讲究是不上算的！”

但是个学徒是不肯满足于“尚好”，“近似”的。他坚持着每一件事，都要做得彻底，坚持着他手中所做出的每一件工作，都是在他能力范围以内的尽善尽美。这是他的商标。

这个青年人小心谨慎做事的决心，使他在数年之中，抬上一个重要而高等的位置，现在是一个管辖千百职员役的人了。

做事绝对精密，绝对正确的名誉，对于一个从业的青年，其益处等于大量的金钱资本。人人都能信任他，都给他的便利。

假使世间人人，都能将他的良心注入他的工作，人人谨慎小心地工作，则不但人命之丧失，身体的伤害，可以比现在大大的减少，而且人们的人格，品德，也可以大大的提高。

四八　工作系统化

在许多规模比较狭小，而同时其地位永远没有高升的希望的公司中，你可以看见，许多高级职员是在拆邮件，理信件，递字条，以及做种种低级雇员也能为之的事务。你会看见，全部公司中的职员，都工作不得其道；做出种种错误的，不经济的，不适当的工作，就因为工作缺乏系统的缘故。

很少的商主或经理，对于时间的经济，与职员的能力，有相当的研究，大部分的商人总不善指挥与利用其职员，总不能使工作系统化，以增加其职员的办事效率，至于数倍。

工作没有系统的商人，每因办事方法之失当，而蒙大量之损失。他们不懂得怎样去措置事务。他们要做出重复的矛盾的事；他们做事，有的地方“过之”，有的地方“不及”。他们的营业，处处落于人后。他们不能清理，不能改进。一切都在混乱中。

有一位商人，曾将“缺乏系统”一事列为许多公司失败的一大原因。

工作没有系统，而同时想要做大规模的营业的人，每会苦人手的不敷。他们以为，只要人雇用得多，事情就可以办好了。其实，他们所缺少的，不是用多的人，而是更有效的工作系统。

他们办事不得当，工作没有计划，没有系统，因之浪费去大量的职员的精力与体力。

指挥失宜，没有系统的工作，决不能使任何机关，商店的业务有效率，有起色。而精细的计划，简单而有效的系统，却能使中等的人材，获得巨大的成绩。

我心中记得一个人，他真是一个“没有头的苍蝇”，不管你在哪时候去看他，他总是忙得喘不过气来。他只能拿出几秒钟的时间，来同你谈话。假使你显出要同他长谈的姿势，他会拿出他的手表来，提醒你，他的时间是宝贵的。他公司中的营业，做得很大，但开支更大，他不懂得人工经济的原理，他只想雇用更多的人，以补救他凌乱的办法，补救他系统之缺乏。他有着一个无系统之头脑，他缺乏措置事务之能力。

结果，他的事务，是一团糟。他的办公室，他的写书桌，有如一间旧货铺。他老是忙碌，甚至没有时间可以把手头的东西安置好；即使有时间，他也不知道应该安置在什么地方好。我曾好几次到他的办公室，看见他常在堆积凌乱的信件纸张中寻找东西。

这个人自己及他的职员的工作没有系统，而他却只知道催促他的职员，告诉他们一切都已落后，督促他们作更宜之努力。一切尽在混乱中。各人做完一件事后，都不知道应该再做些什么。假使去请命于他，他只能催他们尽力干去。他不能发出固定，具体的命令。他没有工作计划，没有工作纲领；于是各人自为，各不相干；除却他常要去催促他们以外。

我同时又认识一个与他同业的竞争者。他从来不见得忙碌。他总是平静，安详，永远不会慌张。不管业务怎样繁重，他总

有时间可以从容的招待你。在他的公司，办公室中，一切都有条不紊。大家似乎个个不忙碌，然而事务却进行得很顺利，没有混乱，没有矛盾的工作，也没有不必要的重复的作工。

他每晚清理他的写字桌。重要的信，立刻就覆。定货单赶快的填发。所以他的营业，虽大过于前述的人百倍，然而别人在外表看来总是意想不到的。一切事务的进行整齐得像钟表转动一样，因为他能用他的头脑；他能指挥他的职员，能系统化他公司中的工作；所以甚至连每个学徒，都能感觉到自己是那大系统中的一部分。各人都照一定的程序，因此一切慌张凌乱的现状，都消除了。

时间没有浪费。人工没有浪费。办公室中不慌张，不凌乱。这位条理井然的店主，给人以一种“力量”“平衡”“安详”的印象。他不是常埋首死做。他不是躬亲一切琐事。

工作愈能有系统，即时间愈能多。他的事务，按照着程序而进行。他的业务之成功，不在他之每时每刻都去监察，督促他人。他能支配，指挥他人；他能订下工作计划，然后由别人执行他的计划。

今日之世界是思想家，计划家的世界。只有深长而有系统的思想家，能订立计划，并有力量执行的计划家，才能得到成功。今日之世界中，没有头脑不清楚，办事无方法的人立足的余地。我们必须有计划，有系统！

四九　等不得一等

有一位有学问的人曾经说，在现代的人类事务的活动中，构成“伟大”的要素有二：力与敏捷。前者往往是后者的必然的产物。因为，一个人而能够懂得光阴之可贵，而不能肯轻易放过一分一秒的时间，则最后他的生命，总会印上“能力”的标记。

凡是真真成功的人，总不会是没有“做事敏捷”的习惯的。一个人而做事常常不准时，赴约会常常迟到，付款项常常延缓，则在事业界中，别人对他，会生出不信任的心理。他的内心也许是很忠诚，很可靠的；但是别人不管到这点。在事业界中，进行事业的最重要的规律，就是“准时”与“敏捷”。所以凡是不能敏捷做事，不能准时践约的人，必不能得到他人的信赖；纵然他居心忠诚。仅仅居心的忠诚，何补于他的行动的迟缓？

一个人做事，能够不错过一分一秒，则他在事业上，一定能大占便宜。拿破仑自己说，他之所以能击败奥国的军队，就因为奥国的军人不懂得“五分钟”时间的价值。“每错过一分”，拿破仑说，“即是多予‘不幸’以一分可乘之隙”。

进行业务，最贵准时。因为准时做事的人，能够不致浪费自己的时间，也不致浪费他人的时间。拿破仑有一次请他的将

士同他聚餐，因为各将士不能依时而到，所以拿氏就一人独嚼起来。待到各将士姗姗而来时，拿氏已经要餐罢离座了。拿破仑说："诸位！餐时已过，现在我们应立刻办公了。"

有些青年人，就因为不能敏捷，不能准时，遂至失掉了上升及得到高等位置的机会。在已故的樊团毕而德（GV auderbilt）看来，不能准时，竟是一种不可恕的罪恶。有一次，他约定一个人，在上午十时，到他办事室中谈话。事先，这个青年人曾经请托樊氏，替他钻营一个位置。这天，樊氏预备在谈话之后，领他去见一位铁路总办，因为铁路上正需要一个职员。青年在十时二十分去请见；但樊氏已经不在办事室中了，他已赴另一种集会去了。几天以后，青年请准樊氏，重行会见。樊氏问他为何上次不依时而至；青年回答说："先生，我是在那天的十时二十分到的。"樊氏立刻提醒他，"但我是约你在十时来的！""是的，我知道。"青年支吾地回答，"但是二十分钟的相差，没有什么大关系吧！""不。"樊氏严肃地说，"能否准时，是大有关系的。即以此次之事而论，你不能准时，所以就失掉了你所想得的位置；因为就在那天，铁路中录用了一个职员了。而且，容我告诉你，青年人，你没有权利可以这样的看轻我的二十分钟时间的价值，而累我在这时间中闲着等候你。在这段时间中，我正要应着别两个重要的约会呢！"

已故的英尔干（J，P，Mergan）曾告诉他的朋友，他将他自己的每一小时的时间，常作价值一千元。青年人都肯承认，以莫尔干那样的人，把自己的时间的价值，说得这样高贵，实在不为夸张；然而他们自己，却常要虚掷宝贵的光阴。他们不想到，光阴对于自己，也许是同对于莫尔干一样的贵重呢！

凡是对于今日的事务，不能当日料理清楚，而要挪用“明日”的时间，以为之抵补的，这样的人，能够期待着在事业上得到成功吗？只有机警，敏捷，一呼即应的人，才是能够得到胜利的人。敏捷的习惯，是可以加强人的量与各部机能的。

敏捷，准时习惯之能否养成像别的习惯一样，全视一个人的幼年的环境与训练。凡是一个儿童，在父母吩咐他事时，常说，“等一等”，教师吩咐他做功课，常常要忘掉，而在他游戏没有完毕以前，不肯履行任何差遣。这个儿童，长大起来，一定是一个不能敏捷，不能准时的人，一定是一个机会当前，每要坐视其错过，反而为旁人获得的人。

纳尔逊侯爵说：“我一生事业之成功，就在每做一事，必提前一刻钟下手。”

“准时在君王是一种礼貌，在士君子是一种义务，在办事的人是一种需要。”

五十　直截爽快

不久以前，在我走进一家大商店的门口时，迎面看见了一块牌示："说话请直截爽快！我们是要忙着许多正事的。"

这种牌示，可以显出二件事——第一，在现代商业来往中，做事贵敏捷，迅速；第二，在商业界中，仍有许多不知趣的人，说话繁冗，足以阻人做事的敏捷。抱膝长话的时代是已经早已过去了。这种牌示，一方面可以给那些喜欢说话的人以一种警告，而同时可以避免给他们以当面呵斥的难堪；实在是再好没有了。

一个商人，在接洽商务时，坐在椅子中，不急不忙。他撇开了正话不讲，而尽谈着他无秩序的头脑中所随时想到的一切不相干的话。这样的商人，在他的营业上，是绝对不能得到成功的。因为他的处事方法，是太迂迟，太不经济了。现代的营业是去取来往，应接不暇。所以商业谈话中的每一句话，都应该针对了业务本身而发，庶几时间不致虚掷。

商人所最感到厌恶的，就是遇着了那些说话不着边际、题外生枝，说话尽喜用冗长的套语，无谓的费辞的人做买卖。有种人说话，简直是绝对不能抓着本题，而出之以直截爽快。他们说话，像狗子兜圈子一样，转了六七次，依旧归到原处；种

种冗长，无谓的言语，可以使人听得厌倦。

当青年人跑来问我，他们在事业上，将来能否成功时，我总要先试着去寻出他们究竟有无说话直截爽快，语言中肯，没有弯曲，不兜圈子，没有支蔓，没有费辞的能力，然后才下我的答案。

迂缓而不直截爽快的人做事，总是很吃亏的。他所做的事，总是事倍而功半。能够做大事的，只有那种说话时针针见血的人。语中的的人对。

我有一个朋友，他是一个很成功的商人。他在打电话给我时，没有套语，开口就说上本文，就讲出他的本意；而在我还没有将他的言语，过细的回想一遍以前，一声"再会"，他已经将电话摇断了。我每次一见到这位朋友，就不由我不佩服他的精神的机警，决断的敏捷，说话的爽快。同这种人做事，真是幸福，他从来不会使你厌倦。他从来不会麻烦，打扰你。

这种"直截爽快"的能力，只要我们能及早练习，是不难成的。我们只要常常试着去将我们的思想，我们的意见，集中，碍固成简约，肯定的字句，久而久之，我们自能养成"直截爽快"的能力。

一个人之有无"直截爽快"之能力，在信札中最容易看出。只要看了信中的第一句话，已够可以一览无遗了。我曾写信给有些人，探询重要的事情，一封复一封，请求他们给我以直截肯定的回复，但是每次总是失望，每次总是得到没有要领，不中肯的回复。当然，在他们非出之有意，然而在实际上，则与"故意"如此无以异。

许多少年，在投书自荐时，因写得太冗长支蔓，而不能得

到优良的位置。更有许多少年，其所以得到一个职位，就得力于一封简约的自荐书，我曾看见一商店经理，在拆阅一大堆的自荐书中，往往会特地拣出一封措词简洁，字体工整的信，留了出来。他一看到这种信，立刻会推想到写这封信的青年是一个有办事能力的人，虽则这个青年，自己还没有见过面。反之，冗长无当的信，连幅累牍地扬誉自己的信，却不能受得他的一盼。

商业函牍，应以简短赅备为主。"言简意赅"是成功的商人所作的函牍的特征，他们在寥寥数行中，可以说出比别人支蔓到二三张信长笺的更多的话。从一个人的信中，我们可以看出他的全部精神的结构。

作商业函牍时，最好像自己是正在拟着电报信稿，每多一字即要多费大洋二角五分，因之当力求以最少的字数，说明出最多的意思，这是一种很好的训练。在我们写信或作文时，当尽力求其简短；稿成之后，当再复阅一遍，除去那些不必要的文字。能够在这"文字的简截"上下功夫，则我们自能避免那些下笔时拖泥带水，说话等于不说的毛病。这种训练，同时也可大大的增进我们思想的效率。"简截"更应该施之于谈话；努力去求最少的言语，表达最多的意思。应该迎头就说，不应转弯。

"在自觉得有一种优点，我可以做到。这就是'简截'，我立意要去做到它。"捷（Jay）这样说。

五一　生命的储能

[译者按："储能"原文系 Energy，为物理学上之名词，也可译作"势力。"]

煤可以发生电光。但一吨煤中有百分之九十九的储能，是不能达到灯泡，而在中途耗去的，其真能发生电光者，不过是百分之一的储能而已，其余的百分之九十九，却因发热与磨擦而耗费去了。想出一个适当的方法，以去补救此种储能的可惊的浪费，正是现代科学家的一大问题。

一个青年人在初出问世时，年富力强，精神肉体，都充满了无量的活力。他觉得，在他的生活中简直蕴藏着无限量的生命储能。他相信，他可以用了这生命储能，而做出神奇伟大的事业来。他相信，他可以将他的生活储能，全部化作光明——事业。

他这样的自傲他的青春与活力，似乎以为他自己的储能与活力，是取之不竭，用之无尽的。所以就在各种地方，不知爱惜地浪费他的生命储能。烟酒徵逐，饮食无度，不良的生活，贪懒与奢侈的习惯，工作的不认真，都在可以摧残，减损他的生命储能。直至最后，他会大吃一惊的这样自问：

"我的储能所发生的电光在哪里呢？难道我所发生的，只是

这种昏暗的洋烛之光吗？

他会很惊异的发现，虽则自己原来有着丰富的储能，活力，但所发生的光辉，还不足以照亮自己的道路，遑论照亮世界！他以前是自负他的能力，自信能大放光明，以照亮世界的，现在连他自己的周围，已缺乏光明，因之而不免倾跌了。他的储能，本来是可以化作种种大事业的，已经在中途浪费去了。

一个青年，在一夜之间，将他父母辛勤储下的千元之数，一掷而无吝啬，这在我们看来，是一件何等可怕的事！当青年人往往要不知自爱的掷去自己原来可以化作种种事业的宝贵的活力，浪费去自己宝贵的储能，我们对之，将作何感想？金钱的损失，哪能比得上生命力的损失？千元之数，即使比了我们的一小部分的宝贵的生命力，算得什么？

失掉的金钱，可以再得。但浪费去的储能，活力，却不能再得；不但不能再得而已，并且还生出种种大而深的恶影响：可以损害品格，可以埋没一个人的生命中一切最高贵的东西。

请你每日自己检阅一下，她的储能，活力，是到哪里去的？检阅一下，有多少的储能活力，是在无谓的地方浪费去的。恐怕你常在忿怒，怨恨，及不快意中，耗去你不少的活力吧！那只足以摧残你的神经，使你失却你同他人间的欢乐，而对你没有丝毫的益处。一度的“发脾气”的结果，其损伤神经系统的程度，恐怕要超过于做一天苦工时所受的损害。所以常常发脾气，无异于开放生命之水闸，而让储能活力，尽量流去！

做雇主人的，请检阅一下，每日对雇员发脾气，斥责，吹毛求疵，对于自己的事业，可有丝毫的益处？当然不会有！这仅足以丧失你自己的自制、自尊与精力，丧失你的雇员对你的

好感与尊敬而已。

有一部分人浪费去大量的储能活力在无谓的顾虑，烦恼，不安宁上。他们在未做某事之前，心中先在反复预感那事，想那事，做那事了，所以到了真要做事时，倒已为力无几。他们好像是一架救火机，在中途先把蒸气走漏，所以最后倒反而不能喷射出水来去扑灭火焰。

凡是足以摧残你的储能活力的，你都当排除。假使你遭遇了一件大不幸事，或行了一件大错事，你当然应该尽力设法挽回与补救。但在你已经尽了你的全部心力以后，你当将那事永远地抛在脑后。不要让它的死骸，仍来拖住你的脚！永远不要容许一切已经死掉，而应该埋葬掉的东西，再扰乱你的心境，而在无谓的追悔，与悲哀上，浪费去你的“生命资本！”

凡是足以减低你的储能与活力的事，你都不应接近，不应做。应常常这样的质问你自己：“在这件事情中，有无可以增加我的能力，裨益我的事业而可以使我成为更强旺，更有效能，以去从事我工作的地方？”

假使你要在世界上做些事业，留些痕迹，要在文化的推进中尽些力，你是必须要摈弃一切足以浪费掉你的生命储能与活力的东西啊”

五二　力量的储藏与准备

一个人假使没有相当的能力储藏与准备，他在人生的战斗中，一定会遭遇到“滑铁卢”般的失败之命运的。

因为没有储藏着相当的能力，储藏着相当的体力、智力，办事力，以使自己不但能应付目前的事务，并且足以应付非常，担当大事，而终至于生命中遭着挫败的，这样的人，真不知有多少！

多数人的生命之所以卑微，渺小，其理由就在他们对于自己的生命所下的资本太轻，在教育，训练，思想诸点上所下的功夫太浅。他们之收获之不丰，就因为他们撒的种子不多，而且所撒的又是不良的种子。

在每个人的生命中，总会有时有大机会的降临。而你之能否将那机会抓住，全视你有无相当的能力之储藏。这时的问题，就在你所储藏着的能力是否足以使你应付得过。在遭遇非常的大事时，你之能否得到成功，全视你准备着的战斗力之多少。

韦白士脱（Wobstel）在美国议会中答复汉内（Huyne）氏的演词，就是足以证明能力的储藏大有助于应付非常大事的好例了。那时参议院中辩论已几拖延了许多的日子，对方的汉内，恰巧发表了一篇十分漂亮，而且据韦白士脱自己看来，简直是

无可答辩的演词。

韦白士脱觉得汉内氏的演词虽似无可答辩，但明晨议会重开，自己终竟不能不答辩的。这时候，他已经没有充分的时间可以预备，可以翻书本，可以请教他人。议院中所辩论的问题，是有关美国的国运的大问题。而那个问题的怎样决定，全视他的一篇答辩的演词为转移。他处在这种千钧一发的时机！当夜他把那答辩的演词草就。那篇演词是美国有史以来最伟大的一篇演词。那篇演词，虽是在当夜草就的？但据韦白士脱说，其中大部分材料，都是从一束塞在书桌上的"书纸架"中的札记上得来的。这束札记是他以前为了别个问题精心研究之时所摘录下来的。这是他以前的生命中所"储藏"着的！这一次，他竟得应用了。

在各种事业上，体力、道德力、智力的储藏，都是十分需要的。青年人要是有志于作事业，必须在上述诸点上，有相当的储藏与准备，庶几可以担当大事，应付非常。

普法战争前，普国的毛奇将军（VonMoftko）的军事上的准备工夫，最可佐证战斗力的储藏，军事计划的准备，是可以克敌致胜的。毛奇将军的行为，值得做个青年人的教训。

在战争爆发以前十三年，毛奇将军已经在筹划着精详的作战计划了。举国的每个将校，甚至后备队中每个军人，都奉有种种训示，告诉他们作战时应取的动作与机宜。

举国的将帅，都奉有各种关于军队的调度，行军的方略的密令；只要一接到动员令，立刻可以遵照着动作。而兵战也预先设置在地位最适当，交通最便利的地点，以免作战时运输不灵。

毛奇将军对于订下的作战计划，常常加以变更，修正，力谋精益求精，适合于当时之情势，庶几战事在任何时候发作，都是指挥若定，应付裕如。据说，在一八七〇年所执行的作战计划，还是在一八六八年订下的。而第一次计划的的拟定，则远在一八五七年。所以战争一爆发，在毛奇将军指挥之下的德军的行动，准确得如像时钟的转动一般的不差分毫。

法国的军事当局，视毛奇将军的深谋远虑，苦心运筹，适成一反比例。德军事事都有准备，法军一事没有准备。

战事一开始，前线法军向后方发出的告急电报，纷至沓来！给养不充呀，驻军不便呀，军队不能联络呀。一切都混乱不堪，与德军敌对，真如螳螂当车，法国着着失算，处处落后。结果城下乞盟，忍受中外古今无甚匹俦的奇耻大辱！

有多少的人，是因为对于事业没有充分的准备工夫，而至于一败涂地！他们以为自己的能力足以应目前的事务，也就够了。他们不想再把基地掘得更深些，基础打得更广些，他们不想多储藏些准备些能力。他们不用远大的眼光去观察生命。

假使青年人盼望着到丰盛的收获，他必须先耕耘其泥土，而在播种的时节，播些良好的种子下土。

你假使不肯在你的生命中，放些什么进去，你即不能从你的生命中，取得什么出来。正像你没有把款项放进过银行，就不能向银行提取款项一样！

五三　交友的影响

没有人是能够过绝对的孤独的生活。个人是人类之大动脉中的一支脉，从那大动脉中，个人吸收“人类之心脏”中所流出的血液。一朝他同这大动脉脱离，他立刻会枯萎、死灭。不管他怎样努力于“独善其身”，结果总是要归于失败。那种生活是做作的，不自然的。

枝头上葡萄累累，其汁液的甜蜜，其色香的佳美，都是从树干上来的，树枝本身，不能生存。把树枝从树干上砍掉，结果定是萎黄，定是枯死。同样，个人的力量是从“人类之心脏”、“人类之树干”中得来的。

一个人从别处所摄取的能力的量愈大，质愈好，种类愈多，则他个人的力量愈大。假使他在社交上、精神上、道德上，同他的侪辈有多方面的接触，则他一定是个有力量的人。反是，假使他在人我之间、断绝关系，则他一定会成为弱者。

人类是“杂食兽”；身体然，精神亦然。他需要各种的精神食粮，而这种精神食粮，只有在同各种、各等的人们相混，相交中得来。

在同一个人格伟大，人格坚强的人相晤对，相接触的时候，谁不觉得，自己的力量，会突然的增加儿倍，自己的智慧，会

突然提高几倍，自己的各部机能，会突然锐利了几分，而仿佛自己以前所梦想不到的，隐藏在生命中的力量，都为他解放出来，而使自己可以说出，做出在一人独处时，在没有同他接触时，所决不能说出，不能做出的事情来。

演说家的演词，可以唤起听众的同情，因而发出伟大的力量。但是假使他对“没有人”或者和别的人讲话，则他决不能生出这种大分量来。正像化学家决不能使分贮在各个瓶中的药品，发生化学作用一样。新的力量、新的影响、新的创造，只有在“接触”，在“联系”中得来的。

常能同他人相混相交的人，仿佛永远是在他的“发现之航程”中常能发现自己生命中的新的“力量之岛屿”，而这种“力量之岛屿”，要是他不常同别人接触，是会永远埋没无闻的。

只要他愿意探取，凡他所交接的每个人，都能告诉他以若干的秘密，若干闻所未闻，而足以转助他的前程，加丰他的生命的东西，没有人能孤独地发现他自己。别人才是他的发现者！

我们大部分的成就，总是蒙他人之赐；他人常在无形之中把希望、鼓励、辅助，投射入我们的生命中，常在精神上兴奋我们，常使我们的各种机能，趋于锐利。

我们生命之生长，都依赖我们的心灵从四处吸收营养料。而这种营养料，我们官能的感觉，是不能觉察，不能测量的。我们从耳目中吸饮进“力量”，而这种力量之吸饮，是取道于视觉，听觉神经的。

一幅名画中最伟大的东西，不在画布上的色彩，影子，或格式上，而是在这一切的背后的画家的人格中，——那粘着在他的生命中，那为他所传袭的，所经验的一切的总和所构成一

种伟大的力量！

大学教育之大部分价值，都是从师生，同学间感情的交通，人格的陶冶中所得来。他们的心心相磨擦，脑脑相攻错，刺激起各人的志向，提高各人的理想，启示新的希望，新的光明给各人看，并将各人的各种机能，琢磨成器。书本上的知识是有价的，然而从心灵的沟通中所得来的知识是无价的。

假使你不能同别人的生活，发生密切的关系，不能培养超你的丰富的同情心，不能在别人的事上发生兴趣，不能辅助别人，不能分担别人的痛苦，共享别人的快乐，则不管你学问怎样好，成就怎样大，你的生命，仍是一种冷酷的、无友的、孤独的、不受欢迎的生命。

试着常同比你优越的人交接；这并不是说，你当去同比你更为有钱的人交接，而是说你当去同人格、品格、学问、道德都胜过你的人交接；庶几能尽量吸收到种种于你的生命有益的东西。这可以提高你自己的理想，可以鼓励你趋向于高尚的事情，可以使你对事业，发出更大的努力来。

脑海与脑海之间，心灵与心灵之间，是有着一种伟大的"感应"之力量。这种感应力量虽无由测量，然而它的刺激力，他的破坏及建设力是十分伟大的。假使你常同比你低下的人混在一起，则他们一定会把你拖陷下去，一定会降低你的志愿，理想。

错过一种胜过我们自己的人相交接的机会，实在是一种大不幸；因为我们常能从这种人得到许多益处。只有从"交接"中，

我们生命中的粗糙的部分可以擦去，我们可以琢磨成器。同一个能够启发我们生命中的最美善的部分的人相交接的机会，其价值远过于发财获利的机会。它能使我们的力量增加百倍。

五四　成功之机器

凡是要想在生命中有大成就的人，他必须要懂得去“努力自爱”；这就是说，在一方面，他固然要尽一切的努力，去发达其身心力量至于顶点。但同时他必须记得，自己的成功，大半是依赖着自己的“成功机器”——身体。所以对于自己的身体，是必须十分留意的。

许多人都是不知自爱的人。他们待遇其自己身体的残酷，远甚于待遇牛马或别种畜类。

他们总是饮食不足，或饮食无定。他们总要剥夺去自己应有的休息与睡眠时间。实在的，他们简直要破坏一切生理的，精神的规律，因之而年才中壮，也许已经是“白发见生涯”，已经是衰疲了。他们不明白，为什么自己的能力，竟不能与自己的志愿相称；自己的能力，竟不能执行自己的志愿；于是他们要勉强着自己的“强弩之末”的身心，去从事工作。

工欲善其事，必先利其器。聪明的机匠，决不肯使用已经损毁的工具。天下可有一个理发匠，用了迟钝的雉刀，而想求其店务的发达；可有一个木匠，用了迟钝的锯，凿，斧斤，而想求其工作的精良吗？

有些人禀有奇伟的天赋，但卒收渺小之成功，就因为他在

忽略中，损伤了自己的成功机器，就因为他不能供给适当的动力，以转动那机器。

世间有千万个人，都是因为对于身体，不曾有相当的注意与留心，因之而壮志未酬，饮恨殁世！他们毁坏自己的出人头地的可能性。他们的生活成为枯燥而萎靡；他们在身心正该精壮的时候，已经是“甚矣吾衰”了。

假使我们能够明了我们身体的需要，像明了园中的花木的需要一样，而能给予他们以充分的，适当的食料，饮料，新鲜空气与日光，我们是决不致受困于胃病呀，头病呀，或其他种种病痛的。

假使我们在饮食上，能够应用我们的常识，假使我们能够过一种简单的，有节制，有规律的生活，我们就永远不会有服药的必要。但是我们许多人，却多是在过着一种违背生活规律的生活。

有许多人因为要想“经济”，所以就剥削去自己的应有的足以产生力量的滋养料。在中午时候，他们往往会站在小食堂的店柜旁很匆忙的吞一块夹肉面包，呷一杯牛乳，就算了事；以为这样一来，时间金钱，双方经济。殊不知假使他们走进一间精美的餐馆，而从容的进一餐多滋养而烹调得宜的中饭；而餐后复休息若干时间，在未继续工作以前，使胃部得尽力进行其消溶食物的程序；这对于他的身体，对于他的各方面，都是大有裨益，都是上算的！

上述的那种经济，不但不经济，而且是坏的一种浪费。一个人所能实施的最大最聪明的经济，就是在储藏起最大量的生命力；在身体中能藏着最大的体力与精神力，以为获取成功之

具。剥削去自己的足以给予我们以生命力，体力，与精神力的应有的食料，无异于杀掉可以替我们产生金卵的鹅。

天下更无别一件东西，比我们的体力与精神力更为宝贵！所以我们必须不惜任何代价，以获得与保持之。换一句话，凡是足以予我们以更多的体力，精神力，而使我们在事业上能有更良好，更迅速之进展者，任何代价，都不能算作大高贵！

许多人因为摈除了一切足以使生命中或为和谐与有效率的享受与娱乐，所以在无形之中，减低了自己的能力，拆损了自己的成功可能性。

假使有一个人，有着一蓄水池的宝贵的生命力，而他却在蓄水池上，到处钻凿孔洞，而让池中的生命力流尽，对于这个人，我们将作何感想？然而我们大部分人，却正是这般做法！我们有一大池的生命力，但由于我们的不谨慎、不留心与无知，使得大部分的生命力，都从漏孔中逃走！

我们时时刻刻，都在到处浪费我们的精力，摧残我们的生命力，因之而拆损了我们的成功可能性，而我们却还要诧异，为什么自己竟不能得到成功！

缺乏睡眠，缺乏户外运动，缺乏至友间的欢叙，缺乏滋养的食料，工作过度，——这些更是可以使我们的精力走漏，生命力逃走的孔洞。

有许多宝贵的精力，是在烦闷、忿怒、恐惧、怨尤及其他各种不良的心境中耗费去的。请你每事检阅一次，你的精力是怎样用去的；检阅一下，有多少的精力是费在无谓与不正当的地方的，恐怕你因动一度感情，发一次脾气，而损失了比整天工作中所损失为更多的脑力精神力吧！

假使你有志于成功，你必须摈除一切足以摧残你活力，阻碍你前程，浪费你精力，拆损你生命资本的东西。凡是足以减低你的活力，减少你的成功机会的事，你都不当做，不当接近。你应常常这样的质问自己："做这件事，有可以加添我的能力，增益我的事业的地方吗？"

五五　不要恐惧

恐惧是人类最大的敌人，不安、忧虑、嫉忌、忿怒、胆怯都是恐惧的东西的变相。它剥夺人的幸福与能力，它使人变为懦夫，使人失败，使人流于卑贱，比什么东西更可怕。

恐惧有摧残一个人的全生命的恶影响。它能败坏人的胃纳，伤害人的滋养，减少人的生理与精神的活力，因之而破坏了人的全身体的康健。它能打破人的希望，杀掉人的勇气，而使人的心力，柔弱至于不能创造做出任何事业。

许多人对于一切事件，都怀着恐惧之心。他们怕风，怕受寒；他们吃东西时怕有毒，营商业时怕蚀钱；他们怕人言，怕舆论；他们怕困苦的时候到来；怕贫穷，怕失败，怕收获的不佳；怕雷电，怕暴风。他们的全生命，就充满了怕，怕，怕！

恐惧足以摧残人的创造，冒险，大无畏的精神；它足以杀灭个性，而使人的精神机能趋于软弱，大事业不是在恐惧的心情下所可做成的。一怀了恐惧的心理，不祥的预感，则做什么事都不能有效率。恐惧代表着，指示着人的无能与胆怯。这个恶魔，真是从古到今的最可怕的人中幸福与希望的刽子手，与人类事业的破坏者啊！

最坏的一种恐惧，就是常常预感着某种不祥之事的到临。这

种不祥的预感，会迷罩着一个人的生命，像云雾迷罩着爆发以前的火山一样。

许多人都有这类的杞忧，这类的恐惧。他们常常猜想到大不幸的临头，要丧财失位，要遭遇不测。假使在他们的儿女离家出门的时候，他们的心目中，一定会看到种种的灾祸——火车出轨，轮船沉覆。——他们总是想到最坏的一方面。

我认识一个人，自小对于身体，十分胆小。他的全生活都沉浸在疾病的恐惧中。他时常为了预期到某种在实际上他决不会发生的疾病而烦恼痛苦。假使他受了些微的风寒便以为是要犯伤寒重症了。假使喉头有些痛，他一定以为那是要变为扁桃炎（喉核炎），不能咽食了。假使他心头有些悸动，他就要惶惶然以为是患了严重的心脏病了。世界上有些可笑的人，都是过着像这个人模样的杞忧恐惧的生活。

恐惧足以缩短人的寿命，因为它是足以损害人的全体生理机能的。它真的能改变人身的各部分养液的化学组织，恐惧能使人早老，也能使早死。啊！世界上不知有多少的人，是被恐惧这恶魔，冤枉地送入坟墓！他破坏了人类心理的平衡，因之驱人类入于种种的罪恶不幸中，而造成了无数的人世间的悲剧。

恐惧是害人最烈的东西。它于人类，没有丝毫的益处。一个满怀着种种恐惧的人，并不是真正的"人"。他是侏儒，他是傀儡！

快快摈绝你的恐惧的心理吧，如像摈绝其他种种足以使你有害的恶习惯一样。我们可以用一个剋灭品——自信，自负，勇敢，乐观的思想——来抵消种种恐惧的思想。不要让恐惧的思

想，深入你的心中，不要尽向着恐惧的方面想。一有了恐惧的思想，当立刻使出剋火品来，恐惧立刻会逃走。无论一种恐惧的思想，怎样的深入人心，只要使出与它相反的剋火品，总是可以将它铲除抵消的。

当不祥的预感，忧虑的思想，在你心中发作时，你不应当纵容它们，使之逐渐长大。你当转换你的思想，想到种种与它们相反的方面上去。假使你在恐惧着正在进行中的事业的失败，则你不当想到你自己的怎样弱小无能，怎样不堪重任，怎样准会失败；你当尽想着你自己的怎样强，怎样有本领，怎样在过去也曾做过与此同类的事，怎样利用过去的经验，应付现在的问题，怎样预备得到大胜利。怀抱着这种态度，无论其为自觉的或不自觉的人，就可以步步向前，出人头地了。

五六　迁延的习惯

我们各人在一生中，总有着种种的憧憬，种种的理想，种种的计划；假使我能够将一切的憧憬都抓住，将一切的理想都实现，将一切的计划都执行，则我们的事业上的成就，正不知要怎样的宏大，我们的生命，正不知要怎样的伟大！然而我们总是有机会而不即去抓住，有理想而不即去实现，有计划而不即去执行，终至坐视理想，计划的幻灭，消逝！

希腊的神话告诉我们，智慧之女神美纳娃，有一天突然从周比特的头脑中，披甲执戈，一跃而出的。人们的最高的理想，最大的意象，最宏的憧憬，像美纳娃一样，也往往是在某一瞬间，突然从头脑中很完备、很有力地跃出的。凡是应该作着一事，而迁延不即做去，而想留待将来再作，有着这种不良习惯的人，总是弱者。凡是有力量，有能耐的人，却总是那些能够在每件事情意味付之热忱，立刻迎头作去的人。

每天有每天的事。今天的事是新鲜的，与昨日的事不同；而明天也自有明天的事。所以今天的事，应该就在今天做完。千万不要迁延至明天！

迁延的习惯很有碍于人的做事。过度郑重，与缺乏自信，都是作事的大忌。在热诚浓厚的时候作一件事，与在热诚消失了

以后作一件事，其间的难易，苦乐，真不知相差多少！在兴趣，热诚浓厚时，作事是一种喜悦；兴趣热诚消灭时，做事是一种痛苦。

搁着今天的事不作，而想留待明天作，就在这个迁延中所耗去的时间，精力，实际上也尽够将那件事做好，作以前积累下来的事，我们觉得多么不愉快而讨厌！在当初原来可以得愉快容易地作好的事，迁延了数日，数星期之后，就要感到讨厌与困难了。所以接到信件，当时立刻作复，最为容易。因此有机关、公司中，订下规则，不容许任何来函，隔夜不复。

命运无常，良缘难再！在我们的一生中，每有良机，佳会的到临，但总是一瞬即逝，当时不把它抓住，以后就永久失掉了。

有着计划而不去执行，使之烟消云散，这对于我们的品格、力量，很有不良的影响。有计划而努力执行，这就能增强我们的品格，力量。有计划不算希奇，能执行订下计划，才算可贵。

一个生动而强烈的意象，观念，突然闪入一位著名作家的脑海，使他生出一种不可阻遏的冲动，要想提起笔来，将那美丽生动的意象、观念，移向白纸。但那时他或许有些不方便，所以不立刻就写。那个意象不断的在脑海中活跃，催促。然而他还是迁延，后来，那意象会逐渐的模糊、色淡了，终至于整个消失！

一个神奇美妙的影象，突然闪电一般的袭入一位艺术家之心胸。但是他不想立刻提起画笔，将那不朽的影象，形成在画布上，这个影象占领了他全部的心灵，然而他总是不跑进画室，埋首挥毫，最后，这幅神奇的图画，会渐渐的到心版上浴去了！

西万提斯说："取道于'等一会'之街，人将走入于'永不'之室！"此语信然。

为什么这些影象冲动，是这样的来去无踪？其来也，是这样的强弱而生动；其去也，是这样的迅速而飘忽？就是因为这些影象之来，原是要我们在当初新鲜，灵活时，立刻就去利用它们的。

迁延往往会生出悲惨的结局，该撒因为接到了报告，没有立刻展读，遂至一到议会，丧失了生命。拉尔（Rahl）大佐正玩纸牌，忽然有人递来一个报告，说及华盛顿的军队，已经进展到的拉苦儿（Delaware）。他将来件塞入衣袋中，牌局完结，他才展开那报告。他立刻调集部下，出发应战，但时机已经太迟了。结果是全军被掳，而自己以身殉之，仅仅是几分种的延迟，然而他丧失了尊荣，自由与生命！

应该就医，而迁延着不去就医，以致病情严重，或竟不治，这样的人为数不少吧！

习惯之最足以误人的，无过于迁延的习惯。世间有许多人，都是为此种习惯所累，而至陷入于悲境。迁延的习惯，最能损害及减低人们的作事的能力。

你应该极力避免迁延的习惯，如像避免一种恶引诱一样。假使对于某一件事，你发觉自已有着迁延的倾向，你应该直跳起来，不管那事怎样的困难，立刻动手做去。不要畏难，不要偷安。这样，久而久之你自能扑灭那迁延的倾向。应该将"迁延"当做你的最怕的敌人，因为它要盗窃去你的时间、品格、能力、机会与自由，而使你成为它的奴隶。

要医治迁延的习惯，其唯一方法，就在事务当前，立刻动

手作去。多迁延一分，就足以使那事难作一分。

“要作，立刻作去！”这是成功的格言。凡是服膺这句格言的青年，永不会有悲惨的结局。

五七　怎样补救缺陷的品性

我们现在正在开始懂得一些发达脑部的方法，发现一些构造脑部，培养品格的秘诀。这些将来到了某一时候，会革我们现在教育方法的命。

我们的身体，实为我们的思想所支配。身体之和谐抑或紊乱，康健抑或疾病，全以我们日常的思想为转移。

有些人懂得了这层道理，在心中不断的怀着改善的思想，结果往往能于一年之中，形容一变，可以使别人刮目相看。以前刻划着，布满着怀疑、恐惧、烦闷、不安、忿怒的面孔，现在是一变而为反射出希望、积极、愉快、欢欣的面孔了。

我们大部分人，大都尝到过一种骤然的心灵更新的经验，那突如其来，那突除我们心胸中的一切阴霾，放射进欢愉、幸福的阳光，而至少在暂时可以一变我们对于生命意义的看法的神异的经验。

在我们心情沮丧，而周围一切都显出黑暗、惨淡的时候，假使有一种大幸运突然来临，或者有一位睽违数载，渴念已久的亲爱知己的友人突然过访，或者到田野间去散了一会步，则我们一切的精神创伤，可以被那种新的暗示所完全治愈。

或者，有时候在旅行时，我们遇见了一派令人目炫心迷的

景色，或得见了某种我们闻名已久的美丽的艺术作品，在那时候，一种强烈的爱慕和兴味，——一种优美，崇高的暗示——会暂时把我们心中的烦闷，恐惧等思想，那在不久以前，还盘据在我们心中，毁灭我们的幸福的思想，全部消灭。

许多人往往一方面感觉到自己具有相当才能，而同时又自己觉得在某一种或在某几种品性（Qualities）或机能上，是有所缺陷。这种缺陷的自觉，是很有害的，因为它能消灭他们的自信，而自信却是要成功大事业的必需的条件。

我们的品性或机能之所以有弱点，有缺陷，是因为我们脑筋中那种品性的动作的那一部分，缺少活动，不能发达的缘故。所以要使我们有缺陷，有弱点的品性或机能，得补救，得加强，这完全是可能的。

人的脑部是以它的活动情形，与各个人所应付的境界之不同，而异其发达之程度的。

在都市中过着繁忙的生活的人的脑部，自然大异于在乡村间过恬静生活的人的脑部。都市中人，因其所应付的环境复杂，所接受的暗示繁多，所以其脑部遂愈为复杂。因为环境复杂，暗示众多，所以都市中人，自然地会思想敏捷，动作敏捷，知觉锐利。

假使你在某种品性或机能上缺陷，有弱点，而谋以补救之，常常把你的思想，集中在那种品性或机能上。思想常常集中在那种地方，则那一部分的脑细胞，会渐渐的转强，渐渐的发达，怀着积极的、欢乐的、坚信的思想，可以使我们的精神机能加强，反之，怀疑与缺乏自信的思想，可以使之转弱。

假使你是有着主意不坚定与寡断的毛病，你只要常常怀着

一种坚决的精神态度，常常自己想，你是能够作敏捷，聪明，坚定决断的人。不要以为，你是弱者，你不能决断。

不但我们的精神缺陷可以补救，弱点可以加强，暗示的力量，并可增加我们一般的能力。实在的，我们的各种精神品性或精神机能，其易于改变、易于进步、易于发达的程度，简直是可惊的。

许多人的心胸，都为“无知”与“迷信”所拘束，烦闷、恐惧、不安的思想所蹂躏，至于他们的脑部，不能发挥出十分之一以上的固有力量。他们的精神不能完全自由，他们的心胸是为各种恐惧、忿怒、烦闷等等情感所控制着，所以有效率的健全的思想，成为不可能。

但是假若你懂得“养成习惯”的方法，则以上种种毛病，是不难补救的。其道无他，就在从头做去，反其道而行之。

往往有许多人，起先不显出其有何种特殊的天才，但职业或环境变换之后，他们的天才，为以前所意想不到的天才，会很强烈的发动起来，很明白的显露出来。

有时候，很高的天才，很好的机能，因为我们的环境，我们的精神活动，不足以引起其动作，于是遂全部不得发达，全部埋没。

有很多的人，曾经把他们生来不健全或因缺乏动作而不健全的一部分脑部，全盘改造过，使得先前因为缺少动作的缘故而至于有缺陷，至于不健全的品性或机能，变为健全，发达。有很多的人，在起先原是缺少其几种特殊的精神机能的，到了后来，却完全培养成功，完全发达了。

脑部是富有适应力的。不同的职业或环境，使它发出各种

不同的反应，因以发达各种不同的机能或品性，所以人类的环境愈复杂，职业营业的门类愈繁多，则人类脑部的适应力愈加强，人类脑部的组织愈发达。而各界文化，亦因以更趋复杂。

将来“培养脑部”的科学，会教我们知道，怎样去阻止与消除我们精神上的种种病态，教我们知道怎样去补救，加强我们精神上的缺点与弱点。我们会知道只有平均的脑部发展，才能发出最大的力量，而仅仅发达脑部中的某一种或某几种的品性或机能，置其有同等重要性的品行机能于不顾不用，循至于衰灭，决不是科学的教育，而实为人类文化上的一种大缺陷，人类幸福的一种大障碍。

五八　自求进步

到处我们有机会看见，那些天分颇高的青年，一生只做些平凡的事业，就因为他们的天分虽高，却没有受过充分的训练、培植。他们从来不想自己的进步。他们熙往攘来，所看到的，只是月底领的薪水，与领到薪水以后的几天中的快乐时间。结果，他们的一生事业，总是渺小，总是卑不足道。

人们而只能利用其一小部分的天赋才能，以从事事业，而不能由教育与训练，以使得全部的天赋才能，皆可应用，则他们在事业的，一定要很大的亏累。本来足以役人的人，因为没有受相当的教育与训练，就不得不降为役于人了。

教育即是力量。你能拾得一分知识，读一些书籍，在自修上下一分功夫，就足以助你在事业上得一分上进。我认识有些少年，薪水很低，工作很苦，但他们利用其闲暇的时间，自修自习，以求上进，比之其在日间的工作，更为努力。在他们看来，薪水倒是小事，而求知识的进步，却是大事。

一个人愈能储蓄，则愈易致富。你愈能致富，你愈能求知，则你愈能成为有知识者。你能多储一分知识，就足以多加丰你的一分生命。这种零星的努力，细小的进益，日积月累，可以使你于日后大占便宜，一可以使你成为更广大，更充实，更

丰满，可以使你更能应付人生。

我认识一个青年，他常有机会坐火车、轮船，旅行远方。每次在舟车中，他总是随身带些读物，如像袖珍书本呀，函授学校中的讲义呀，细心研读。他总是利用了那易为一般人所浪费的零星的时间，来求自己的进步。结果，他对于各门学问，都有相当的认识。他对于历史，文学，科学及其他各国重要的学问，读书很多，研究很深。

许多的人在空闲的时间，虚掷光阴，一事不做，或者只做些有损无益甚至更坏的事，以观上述的那个青年，能毋愧死！

孜孜于求自己的进步的精神，是一个人的“优越”的标记，与“胜利”的徵兆。

只要有人告诉我，一个青年怎样度过他的工余时间，怎样消磨他的漫漫的冬夜黄昏，我就可预言出那个青年的前程是怎样。

有人或者以为利用闲暇的时间来读书，总得不到多大的成绩，其成绩总不能与学校教育相等，因之而不想在闲暇的时间读书。这无异于一个人，因为自己的进款不丰，以为虽则尽量储蓄，也不能致巨富，因之而一有金钱，悉数挥去，不稍储蓄！但是你看不见有许多人，就是因为利用了零星闲暇的时间而求得了与学校教育相等的教育吗？

教育的价值之高，与对于吾人关系之重要，无过于今日。生活竞争日趋剧烈；生活日形复杂。所以你必须具有充分的学识，受充分的教育训练，以当作你的甲胄。

我们大多数人的坏处，就在一心想往着在顷刻之间，成就大事。其实事情是渐渐而来的。我们能够不断地努力着读书自

修，以使我们渐渐地成为更广更大，渐渐地推广我们知识的地平线，才能有裨实际。

将一丝一丝的闲暇时间，铸成种种的知识，——知识是可以给予我们能力，而使我们得以上进的——这真是多么好的一种机会！难道你将不知轻重地把这种机会抛弃吗？

一般青年人，无意多读书，多思想，而不想在报纸、杂志、书籍之中，尽量摄取各种宝贵的知识，真是最可怜，最可惜的一件事！他们不明白，他们所抛掷去的东西在别人得之，可以成为无价之宝，可以使生命成为无限丰富的种种资料呀！

五九　读书的习惯

一个没有书籍、杂志、报纸的家庭，等于一所没有窗户的房屋。小孩子常常接触书本，则他们自会生出读书的兴趣，自会于不知不觉之中，摄取其中的许多智识。时至今日，简直每个家庭，都不可无书籍。家庭的书籍、家庭的藏书，在古代是一种奢侈，在现代却是一种生活需要了。

学生在学校时代所最该养成的一种能力，就是去熟悉各门学问中的相当书籍。在一个图书馆中，从汗牛充栋藏书中，挑出几部最有价值的书本，以供阅览。这种能力，对于他的一生，真是大有贡献，大有补助。这仿佛是一个人在选择适当的工具，以从事知识开拓，与社会服务。

亚鲁大学的校长海特来（Hadley）曾经说："各界的人，如商业界，或运输界中人，制造界中人，都曾告诉我，他们最需要，最欢迎的大学出身的学生，就是那些有取之书本的能力，与善用书本的人。而这种善择书本，与善用书本的能力的最初的养成，最好是家庭中，——具备着各种书籍的家庭中了。

一个天资高的儿童，只要使他常有接触书，使用书的机会，他之能从书本中摄取的知识，一定丰富得可惊。

凡是家庭中具备不少的辞典、百科全书、参考书以及其他

种种有益的书籍的，其儿童往往会于不知不觉之间，利用那容易虚掷的空闲时间，以教育他们自己；而那种教育的代价，只是书籍的购备，要比学校教育所费的代价，便宜十倍以上。而且家庭中有着各种书藉，则必能布置得更幽雅美化，而使儿童乐于住在家中。同时，那些忽略教育设备的家庭中的儿童，会厌恶家庭，喜欢向外面乱闯，而至陷入种种危险，陷阱中。

家庭岂不是一个人受其最主要的生活训练的地方吗？在家庭中，我们养成习惯，形成志趣，而这些习惯、志趣，将影响及我们的一生。

穿褴褛的衣服，破旧的鞋子，这都不打紧。然而千万不要在购买书籍一点上讲经济。假使你不能使你的子女受高等的学校，你总当供给你的子女以少数书本可以把你的子女，从现在的地位上，提举入更高级的地位上的有益书籍，以供其阅读。

据说，亨利克雷（Henry Clay）幼时，其母亲以在洗衣上所节下的金钱，来为他购买书籍。

我认识一户人家，其父母子女，相约于每晚留出一部分的时间，为读书之用。晚餐方罢，他们共同休息及游戏。在一小时之内，或谈笑戏谑，或作各种玩意儿，极尽欢娱，一小时后，是临到读书的时候了。此时他们各就各位，静默到连细针坠地，都可听见。或阅书，或写字，或作别项自修，假使有一人觉得不适意，不高兴，无味自修，他至少也当静默无哗不去扰乱他人。

在他们中间，是有着一个和谐的、统一的意志——读书。凡足以分散注意力，打断心思，与使之心驰鸿鹄的一切，都已被防止，消灭。就事实而论，一小时聚精会神，不被扰乱的读书，

其成效确要大过于常被扰乱，与心不在焉的二三小时的读书。

我知道有不少的青年男女，有志在学问上求上进，而卒受阻于家庭中的恶劣环境。例如晚餐之后，阖家都谈笑喧哗，刻无休止，无意自修，无心读书，充其量，不过看些低级趣味的小说。而家庭分子中要认真读书的，倒反要受嘲笑，至同流合污而后已。

无论一个人生活怎样忙碌，但他总有很多的光阴是虚度，浪费去的，而这些虚度的光阴，假使能善于运用，则未始不可生出小益处来的。

许多主妇，从早到晚，忙碌整天，在她们自己看来，她们是决无可以读书，阅报的时间吧！然而假使她们对于家务的处理，能彻底的系统化，则必可得到不少的空闲时间。"秩序"、"系统"最能节省时间。所以我们做事，必须力求秩序化，系统化，以求在我们的日常生活之中，节出一部分时间来，用之于"自我改进"与生命扩大——读书。

前任哈佛大学校长爱略特（O. W. Fiot）曾说："人能养成每天读十分钟书的习惯，则二十年之后，他的知识程度，必前后判若两人，只要他所读的都是好的东西。所谓好的东西者，即是经大众所公认的世界名著，不管是小说、诗歌、历史、传记或其他种种。"

大多数人都肯在自己所心爱的事上，留出相当的时间来。假使你真是有求知饥渴，自修之热望，你总会找出时间来的。人苦无志耳！何患无时？

六十　学校以外之教育

假使你年已中壮，而仍没有受相当的教育。你可不必因此而灰心，从前有一个人，从一个懒惰而消耗无度的人处，购得一块田地。等到买卖成交时候已经是五月底了。以前的那个懒惰的田主，在早春时分，不会下种，不曾耕耘。许多邻近的人都告这位新田主，说春时已过除了种些蔬菜以外，种别的东西，现在已经是太迟了。但是这个新田主是很有头脑，很能干的人。他下了些生长得时较晚的谷类种籽。终于，他得到了一次很丰盛的收获，——一次超过于其他邻居所得的收获。这类事实的发生，不限于耕田。在人生的各方面，都有与此相同的事实之发现。

假使你真是有向上的志愿，假使真想要补救你早年的失学的亏累，你当记取，你每天所遇见的每个人，都能增益你知识的堆积。假使遇见的是一印刷匠，他能灌输你许多的印刷技术。一个泥水匠能告诉你许多为你前所未闻的东西。一个普通的农夫，在某些点上，是比你聪明得多多，你能从他那里得到许多知识。

从每种可能的处所，努力摄取知识，这是使人知识广博的唯一条件。而广博的知识，可以使得人们胸襟广阔，开通；不

至流于狭隘，鄙陋。这样的人，能够从多方面去接触人生，领会人生；而他的趣味，也是广大，浓厚的。这样的人，大致是饶有趣味的人，因为他们是有着广博的多方面的知识经验。

一般不曾受过大学教育的人，往往有过于看重大学教育的趋向。一般因家境困难，或身体不健，而至无缘入大学的人总以为他们是遭受了一种不可挽救的损失，以为在他们一生中，是有着一个永远不可补救的缺陷。他们以为纵使于日后怎样的自修自习，也还是没有用处，无补于事。但就事实而论，则世间的最有学问，最有知识，最有效率的人，往往是那些从未受过大学教育的人，甚至是那些连中学校没有跨进过的人。

我认识一个青年。其人连小学教育，都没有受得完全。然而因为他后来阅览了许多的历史传记的书籍，所以竟成了一个历史专家。遇见他的人，都盛称他的学问。他读书很多，所以他的英文程度十分的，虽则对于文法上的死板规律，他一点儿也不懂。但他浸润在许多著名作家的文字中，熟知其作文构句之道，所以他的写作具有一种很好的风格。今日社会中专为家庭自修而出版的书籍，汗牛充栋，有志上进的人，不是机会更多了吗？

很不幸的有许多成年的人，总以为人一过了那感受性最强的青年时期，已成强弩之末，再受教育，已是太迟了。

世间最可尊敬的，就是那些年已中壮，而仍然孜孜好学，以求补救少年的失学之悲，利用全部的空闲时间，灌注其全神于摄取知识，而使他自己成为更充实，更伟大的人。

假使你觉得，在有些普通的学校课目上，你的学习力与记忆力，是远超于以前，你不因之而灰心。教育这名词，意义很

为广泛。对于有些东西，壮年人的学习力，要比青年人的学习力强得多，因为他是有更多的经验，更成熟的见解，更正确的判断力。因为他尝过失学的痛苦，所以他的爱好的学问，甚于任何人。

有许多人在学校中的时候，成绩凡庸；但在日后，在学问事业上，往往有可惊的表现，理由也就在此。

更推进一步说，人的一生，都是受教育的时期。世界就是我们的大学校；我们所遇见的人，所接触的事物，所得到的经验，都是这大学校的教师。只要我们开放我们的耳目，则每日中的每一分钟，都可以摄取许多的知识。然后在空间的时候，我们可以用“深思”的方法，将那些零碎的知识，整理、组织起来。

六一　择业不可不慎

我常常有机会遇见有些青年人，他们很不喜欢将他们的职业告诉我。他们以为自己所从事的职业是异常可羞，不可告人的。

某次，我遇见一个青年，他很直爽的告诉我，他是从事某项不很正当的职业的。我问他已经做事几年了，他回答说六年。他说，他很厌恶那职业，那是堕落而卑下的。但因为很容易挣钱，所以现在暂且屈就。等到将来所蓄稍丰，衣食无忧的时候，他会立刻脱离这种职位的。

这个青年，用了“很容易挣钱”及“将来脱离它”的念头，而哄骗自己，至六年之久！

一个年富力强的可畏的青年，本来可以从事高尚的职业的，却会得屈节降身，以从事一种自己的良心所不赞成的职业，从事一种可以贬损人格，减低理想，汩没天良的职业，从事一种骗他自己与生命中“真”的、“善”的部分绝缘的职业，真是天下最可悲，最可怜的一件事！

从事于一种为自己的良心所反对的事业，这对于全生命是有很不良的影响的。行为违背着良心，则理想与实现，良心与行为，要常起冲突而不能调和。而这种不调和是足以阻止人的

生命的“生长”的。一个人做每一件事，都要受良心的严重抗议，他是不会“生长”的。

有许多青年人往往找出种种借口，以安慰自己，以镇压自己内心的抗议。他们将说：“这种职位为利颇丰，所以在‘现在’最好保持着。但这是暂时的，到了‘将来，’一定会去此就彼。”这不啻是镇静与麻醉良心之一种安眠药！

凡是一种不正当的行为，只要习之既久，将使你视为当然。假使那种行为，对你是十分有利，则最终它能麻醉你全部的是非心，汩没你全部的天良。你将觉得，做这种行为是很值得的，至少在现在是很值得的。

而且，凡是一种行为“复演”的次数愈多，则以后“再演”此种行为的趋势也愈为强烈。这是“习惯”的性质。等到一种不正当的行为成了习惯，则以后你的懦弱的意志，虽仍要常常提出抗议，然而你的“习惯了”的神经，总会迫着你常去“重演”那种行为。对于一种行为，你起先是可以自由抉择的。到了后来，却会变成强迫，而使你不由自主了。你之为“习惯”所拘束着，紧密得如同“原子”为“引力”所拘束着一样。

不要欺骗你自己，以为你可以在一个污秽的职位上，挣取清洁的金钱！也不要妄想，以为职位虽则不正当，但你可以将它提举起来，使之成为正当！许多的人，就因为存了这种观念而糟蹋了自己的一生。因为有些职位，压根儿就卑污不堪，一经涉足，虽是大圣大贤，也不能免于同流合污的。

假使你所做的事，是明知其为不正当的，你当立刻停止，立刻同它断绝关系！假使你在怀疑你所做的事是不正当的，你当听从你的怀疑，赶快回头，不要后悔无及！

箪食瓢饮，居于陋巷，布衣百结，这都不打紧！但在任何环境之下，都不要作贱你的人格，而做不清洁的事。你可以掘沟过活，运煤过活，做铁道夫役过活！但是千万不要牺牲你的自尊，汩没你的是非之心。千万不要剥削去你自己的种种生命中的真实的欢愉，剥削去你的以至高之努力达到至大的成功时所能感到的心中的欢欣！

世界上有许多尊贵，高尚的职位，正有待于如你那种才能的人的经营，从事；你为什么不去图此，而一定要作贱你的人格，贬渎你的才能，以去从事不正当而可耻的职业呢？

选择职业时，你不当以金钱报酬的多少，名利的厚薄为标准。你当选择那最能发达你人格，发挥你才能的，为你的终身职业。人格比“利”更为伟大，比“名”更为崇高！

当然，要一个人决意在任何情形之下，不取一分不义的金钱，不取一分说谎而欺骗得来的金钱，不取一分浸渍过人们的眼泪的金钱，不取一分于人有损害的金钱，这是需要大勇气与大毅力的。但“人格”的用处正在于此。“人格”的意义也就在此。吾人秉有“气节”，“骨气”何用？——就在不顾利害，趋善去非耳！

六二　精神之友敌

我们可以使我们的心胸成为“美”的艺术馆，也可使之成为“恐怖”的宫室。我们可以如我们的心意，将我们的心胸布置成任何格式。

宁可有一千次容许窃贼偷入你的居室，而盗去你的最有价值的珍宝，窃去你的金银财物，却千万不可容许精神上的敌人——混乱，病态的思想、忧虑、嫉忌、恐惧的思想——闯入你的心胸，而窃去你的心中的平安，盗去你心中的恬静；因为失掉了这心中的平安与恬静。生命不过是活的坟墓而已！

人的生活总为其精神作用所支配，精神的意象，产生生活的实际，精神的意象，复写在每人的生命中，铸印在人的品格上，人的生活，就在不断的将种种精神意象，移译在我们的生命中品格上而已。

有时，一个人遭遇到大的失望或重大的金钱损失，会于短时期之内，容貌一变，致使他的友人简直不能认识他；他这种地方，我们可以看出，精神作用的对于我们生活上影响之大，是显而易见了。

我们生命中的成就的大小，大半视我们能否维持我们生活的和谐，能否摈绝一切足以损害能力，减低效率的种种精神敌

人于心胸之外以为断。

各种不同的思想或暗示，能生出各种不同的影响来。我们知道，一个乐观，积极，愉快的思想，是可以给予我们以一种快乐、幸福、向上、更新的感觉的。它仿佛是一股欢乐之电流，走遍了我们的全身体；它能带给我们新鲜的希望、勇气，与生活意味。

每个人的世界，环境，都是他自己造成的。他可以将忧郁、困苦、恐惧、失败等等东西，充满他的世界，而使得他自己的生命，成为悲愁，痛苦；也可以排除了一切悲愁、恶意、恐惧等思想，而使得自己的环境、空气，成为清洁、澄明。

凡是一个能够统制自己心中思想的人，一定能够知道去以希望替代失望，积极替代消极，决心替代怀疑，乐观替代悲观。一个能够在心中充满着各种良好的思想、乐观、积极、愉快的思想，而能肃清一切精神上的敌人，比之一个降为悔恨之俘虏，降为忧郁、颓丧、恐惧等思想的奴隶的人，要占便宜得多。前者的生命中的成就，一定可以超过后者，虽则后者的天赋能力，或反优于前者。

在任何情形之下，你都不当容忍那些悲惨病态，混乱的思想侵入你的心胸！

假使我们自小就能知道在心中常常怀着种种可以使我们愉快、积极、乐观的思想，而将一切有破坏性、腐蚀性的思想，挥之于心门之外，则我们一生中生命上的不必的损害与耗费，真不知要减少多少啊！我知道有人因怀了几小时的悲愁、忧郁的思想，而所蒙的生命之损失，竟要超过几星期的苦工的损失。这样的例子很多！

驱除种种精神上的敌人，是需要不断的，有系统的，坚毅的努力的。没有决心同毅力，决不能成就重大的事。我们怎能肃清我们心中的不良的思想，挥它们于我们的意识圈外，而使它们不来重叩我们的心扉。假使我们不拚命的抵抗它们，岂能驱除他们?

思想观念，像别的东西一样，是同类相吸，异类相驱的。心胸为某一种思想所占领，则这种思想一定会将与之相反的思想驱逐。乐观会驱除悲观，愉快会赶走悲愁，希望会赶走失望。心中充满了爱之阳光，怨憎同嫉忌的思想，自然会逃走的。在“爱”之阳光下，这些黑影不能生存。

你当很坚决的认定，你的生命，原来应该是充溢着爱，美，真。你的生命，原来应该表现出这些，而不是表现出与之相反的东西。

你应常常对你自己这样说:“每次有一个憎恨、恶毒、自私、报复、悲愁、懊丧的思想侵入我的心胸，即是对我自己一种伤害，在自己的心境的平安上，自己的工作效率上，蒙一下致命的打击!那种种不良的思想，是足以阻挠我生命的前进的，我必须立刻用相反的思想去消灭它们。”

不断的充溢心中以良善，忠厚的思想、爱人、助人的思想，真实的思想，健全的思想，和谐的思想，则一切不良的思想，自会望风远遁了。两个不同的思想，不能同时存在于一个心胸中。真实的思想与错误的思想，和谐的思想与混乱的思想，善的思想与恶的思想，是互相克制的。

爱人、助人、善意、亲爱的思想，都足以唤起我们生命中的最高尚的情感与情操。他们能给予我们以康健、和谐、力量。

它们是生机之给予者。

在做小孩子的时候，我们在乡间赤足走路时，我们都知道避免尖锐的石子与砖块，使脚底不致受伤；然而我们为什么不知到去避免那些可以使我们受伤，使我们受苦，而在我们的生命中遗下丑恶的伤痕的种种不良的思想——憎恨、自私、嫉忌、悲愁、颓丧、恐惧等等思想呢？这不是一件困难的事。只要把许多精神之友，请进心中；把许多精神之敌，逐出心府就是了！

六三　一年一度的休假

与其花钱在医士的苦味的药品上，
何如跑到田野中去猎取那不用钱买的“康健”，
聪明的人把“运动”当作“治疗”，
自然界中治疗的能力超过一切的人工。

世界上一切的医师，医院，药房中一切的药品，对于人们，总不能作成或发生如像“自然”在那些一年一度，跑向乡间去休养的城市居民中间所作成，所发生的神奇的功效。

请看普通的商人，在辛苦了整整一年之后，炎炎夏日，他们还在挥汗工作，他们有多少的痛苦呀！请看那些绞了终年的脑汁的著作家，他们的笔是秃了，他们的肉体与精神机器，是转动不灵，不能运用如意了。请看那些终年忙碌的律师与医师，疲乏萎顿，在他们各方面清楚地显示出来。他们的精神力量，虽勉强支持，然而“自然”是在大声地催唤他们偿付工作过度的代价了。请看那些身为一家主妇的女人，一年十二月，简直天天困处在家庭咫尺之地，处理家庭的事务，那些连最有才能，精神最愉快的女子都不避免的种种细琐的忧闷烦恼，使得她们的神经，衰弱萎顿，很明显的，她们必须立刻跑进“自然母亲”的

怀中，休养一时期。请看那面色灰白的学生同店员，在他们很勉强，疲乏地埋首书本，埋首帐簿，或店柜上的时候，他们是多么的像那久旱后萎黄的花朵！请看城市中从事各种职业，事业的劳动者，为了缺乏了田野林木的滋养，他们是多少的憔悴呀！

这各种人中间比较聪明些的人，会决定意志，不顾任何代价，去求得一个休假。两星期，三星期，一月，两月之后，他们回来了，看啊，是多么神奇的一种变迁！他们简直是一个新生的人了。生机洋溢，精力饱满，怀着新的希望，新的计划，新的生命憧憬——他们已经吮吸得大量的“力量”——他们重来拿起他们的职务了。这回，职务对于他们，不是一种负担，而是一种愉快了。

费掉些时间，而可以使你取得大量的精力体力，使你取得从事职务，应付各种问题的更大的力量，使你对于生命，能有一个愉快的观照。天下还能有别种“时间之投资，”是比此（一年一度的休假）更为有利吗？

当我听到有人说，他没有时间，可以去休假，我总觉得，这个人总有些反常。或是他的能力尚不够应付他的业务，他的工作没有系统，或是他不善支配他的职员，以致自己离开时事业不能进行，或是他生性太吝啬，甚至终年只想捞钱，连数星期的时候都不肯牺牲。当然，假使他工作没有系统，没有计划，本人一离开店铺，或工厂，或办公室，一切事务就要无由进行的话，他自然不肯休假。但是假使他是能办事，组织能力的人，假使他的工作有系统，有计划，则一度的休假，正是放在他的事务中最有利的投资。

抛弃你那种无暇休假的念头！这是最错误的一种观念。就事实论，一度的休假的结果，所得远过所失，——它实在是一年中最有利的一种投资。从它中间，你可以得到许多真利益，得到许多足以补助你的业务的地方。至于休假之后，可以使你的精神身体，更加强健，因之得到更多的幸福，这更不待论。

许多人在没有走完其应分的生命旅程以前，就长眠地下了，正以我们终年工作，而舍不得时间去休假。更有许多人因身体败坏，神经衰弱而走进了医院，疗养院，正以他们一年中舍不得享有数星期的休假的缘故。

从品性的场上来说，休假一事，也是最有利的。古语说得好："在患了病的时候，任何人都是坏人。"即使是居心最良善的人，在身体疲乏，神经衰弱的时候，也会变成横暴。你的神经会告诉你，什么时候，它是需要休假了。当它需要休假的时候，她会给予你很可靠，很正确的信号。当你常在极细琐的事上，要不能自制，不忍忿忿起来，当你对于工作，在先认为愉快，而现在则出于勉强，当你对于一切，开始感觉到可厌与乏味，当你的热诚，志趣，逐渐在减退，当你的头在作痛，当你的眼睛失去光辉，当你的步履不复如以前的活跃，这是你需要休假的时候了。